MAITREYA
MAGAZINE

TIBETAANS BOEDDHISTISCH TIJDSCHRIFT JAARGANG 19 1997 *f.* 6,50 NUMMER 1

Programma 1997
Ervaringen van Lama Ösel Rinpochee
Introductie in de praktijk van het boeddhisme

INHOUD

INTRODUCTIE IN DE PRAKTIJK VAN HET BOEDDHISME
door Geshe Sonam Gyaltsen ... 3

TERUGKOMST GESHE SONAM GYALTSEN
door Thirza Happé en Koosje van der Kolk .. 12

GEDICHT
door Guere Lama ... 14

DE WERLED DER MAHASIDDHA'S,
DE MAHASIDDHA'S KALAPA
door Marijke Drost ... 16

EEN INTERVIEW MET THUBTEN PENDE
door Koosje van der Kolk ... 18

ERVARINGEN VAN LAMA ÖSEL RINPOCHEE
door Mick Brown ... 25

EERSTE KINDERWEEKEND IN MTI,
EEN GESLAAGD EXPERIMENT
door Alix Royer ... 35

VERHALEN UIT DE SOETRA'S
door Wim Mual ... 40

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE
door Sander Tideman ... 42

TIBETNIEUWS
door Paula de Wijs-Koolkin ... 45

OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN ... 46

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE ... 47

PROGRAMMA 1997 ... 48

LEZINGEN IN AMSTERDAM ... 54

INFO MAITREYA INSTITUUT ... 55

©
Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50

VOORWOORD

Nu de feestverlichting alom de deprimerende duisternis van de lange, koude winternachten verdrijft, presenteren wij u met vreugde in ons hart dit extra dikke nummer van het Maitreya Magazine, vol waardevolle instructies en positieve berichten.
Er heerst vreugde in het Maitreya Instituut. Na de feestelijke terugkomst uit India van onze zeer gewaardeerde vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, bracht de spiritueel leider van ons instituut, Lama Thubten Zopa Rinpochee ons een bezoek. Rinpochee was duidelijk blij met de harmonie in het instituut en de afwezigheid van problemen.
Lama Zopa Rinpochee hield een pleidooi voor positief denken door middel van het "jezelf verheugen". Het jezelf verheugen over onze eigen goede daden en die van anderen blokkeert alle negatieve gedachten, negatieve neigingen en verstorende emoties. Negatieve neigingen en verstorende emoties (delusions) maken ons ongelukkig, maken anderen ongelukkig en blokkeren alle spirituele vooruitgang. Jezelf ergens over verheugen daarentegen, maakt dat we ons onmiddellijk blij voelen.
Behalve over goede daden van onszelf en anderen, kunnen we ons in de praktijk tevens onafgebroken verheugen over het succes dat anderen hebben in hun rijkdom, gezondheid, relaties, enzovoort. Al deze positieve gedachten zijn heilzaam en veroorzaken een toename van onze positieve energie en verdienste. Bovendien openen ze ons hart voor nog meer heilzame activiteiten en voor de stadia van het Pad dat ons naar de Verlichting leidt. Zo veroorzaakt het "jezelf verheugen" behalve onmiddellijke blijdschap, op langere termijn tevens het uiteindelijk geluk van bevrijding en boeddhaschap.
Wij van het Maitreya Magazine verheugen ons inmiddels over de begeleiding door onze onvolprezen spirituele leraren, over het succes van het Maitreya Instituut en over de bijdrage die wij met dit magazine aan uw feestvreugde mogen leveren. Geniet u met ons mee?

Uw eindredacteur, Hans van den Bogaert.

INTRODUCTIE IN DE PRAKTIJK VAN HET BOEDDHISME

Koosje van der Kolk

Meditatieruimte in het Maitreya Instituut

Dit artikel bevat een lezing door de vaste leraar van het Maitreya Instituut de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen. Geshela hield deze lezing ter introductie van de nieuwe cursus over de 'Basis van Alle Goede Eigenschappen' van 18 t/m 20 oktober 1996. Vanwege de persoonlijke noot die zo helder uit deze lezing spreekt en de toepasselijkheid ervan ook voor meer gevorderde studenten, hebben wij besloten deze lezing hier voor u af te drukken.

Welkom en een goedenavond allemaal. Ik ben blij vanavond zoveel nieuwe gezichten hier te zien. Dat inspireert mij om een algemene introductie in het Tibetaans boeddhisme te geven en dus niet meteen met de basistekst van start te gaan.

Jullie weten waarschijnlijk dat we hier in het Maitreya Instituut twee weekenden per maand draaien waarvan één weekend speciaal bedoeld is voor gevorderde studenten en één weekend als een instroomcursus voor nieuwe mensen ter kennismaking en voor mensen die vanaf dit weekend verder willen gaan. Wat dat betreft hebben jullie, de nieuwe mensen, hier dus precies het goede weekend gekozen.

Heel belangrijk, en daarom wil ik het ook beklemtonen, is dat we het boeddhistisch onderricht hier in het Maitreya Instituut alleen verstrekken aan degenen die daar uitdrukkelijk om verzoeken. Wij zijn dus geen boeddhistische missiepost en we hebben ook helemaal niet de bedoeling iedereen boeddhist te maken.

Hoewel mensen die aan het studieprogramma deelnemen lid worden van dit kerkgenootschap middels een abonnement op het Maitreya Magazine en dergelijke, word je daardoor niet boeddhist. Ook in de groep oudere of gevorderde studenten zien we mensen die wel boeddhist zijn geworden maar ook mensen die het boeddhisme louter op afstand bestuderen en geen boeddhist zijn. Dus het is, en daar gaat het om, helemaal niet nodig om boeddhist te zijn wil men hier kunnen meedoen. Terwijl het aan de ene kant dus niet nodig is om boeddhist te worden, is het aan de andere kant belangrijk dat we de boeddhistische wijsheid voor iedereen die erom verzoekt toegankelijk maken, omdat deze een

heilzaam effect kan hebben op mensen die problemen ontmoeten. Er zijn in het boeddhisme een aantal methoden en technieken waarmee we problemen relatief gemakkelijk kunnen oplossen. Deze zijn gebaseerd op een brede kennis van de geest.

Natuurlijk zijn er ook andere religies en spirituele systemen die in bepaalde behoeften voorzien. Het is eigenlijk net als met voedsel: zoveel mensen zoveel smaken. Daarom zullen er altijd zoveel verschillende spirituele stromingen blijven. Dat moet ook en ik denk dat dat goed is. Want zo is er voor elk wat wils. Degenen die in het boeddhisme dingen menen te vinden die voor hen van praktische waarde zijn, kunnen met de methoden en de wijsheid van het boeddhisme een heel eind komen. Maar nogmaals, daarvoor hoef je dus niet eerst boeddhist te worden. Er is ook niemand binnen het Maitreya instituut die je daartoe verplicht.

Traditioneel mogen de boeddhistische leringen alleen worden onderwezen aan mensen die er echt heel hard om vragen. Het bestaat dus niet dat je iets over het boeddhisme wordt verteld zonder dat je daarom hebt gevraagd. Dat is een regel die in de Vinaya, de boeken over kloosterdiscipline, staat opgetekend en die door de Boeddha zelf is ingevoerd. Het is verboden voor boeddhisten om de Leer te communiceren naar mensen toe, die daar niet om verzoeken. Het is eigenlijk weer net als met dat voedsel. Het gaat hier duidelijk om spiritueel voedsel. Zelfs al ga je op een gegeven moment een pizzeria binnen, het is niet zo dat de pizzaman je dan dwingt een pizza op te eten. Hij komt pas met zijn pizza nadat je die zelf hebt besteld, nadat je daar uitdrukkelijk om hebt verzocht. Dit verklaart dan ook dat dit intituut nogal afgelegen ligt en wij niet van deur tot deur gaan.

Een ander belangrijk punt binnen het boeddhisme zijn de leringen die bekend staan als de boeddhistische tantra's en die we geheime tantra's noemen. Het boeddhistisch tantrisch onderricht is zeer geheim. Daar is ook weer een zeer duidelijke en logische reden voor. De beoefeningen van geheime tantra zijn dermate complex dat ze niet voor iedereen geschikt zijn. De Boeddha zelf heeft het zijn volgelingen verboden om onderdelen te onderwijzen als die voor de ontvanger niet geschikt zijn of waar ze nog niet klaar voor zijn. Alleen die onderdelen van de boeddhistische Leer mogen worden onderwezen die voor iemand ook werkelijk nuttig kunnen zijn.

Deze souplesse van het boeddhisme kunnen we vergelijken met de kledingmarkt. Het zou natuurlijk heel vreemd zijn om iemand die kort van stuk is een XXL-kledingstuk op te dringen of omgekeerd iemand die meer dan twee meter lang is een S-je aan te prijzen. Zo dient het boeddhistisch onderricht nauw aan te sluiten bij de behoeften van de ontvanger, anders wordt het niet gegeven.

Voeg daarbij de motivatie van de leraar zelf, die uitdrukkelijk onderricht geeft omdat hij weet dat het heilzaam en nuttig kan zijn voor de mensen die het ontvangen, dan heb je de complete context waarbinnen de boeddhistische leer hier in het Maitreya Instituut wordt overgedragen.

De boeddhistische leer is enorm omvangrijk en complex. Dat komt omdat eigenlijk alles wat bestaat door het boeddhisme wordt verklaard. Iemand die het boeddhisme bestudeert of bepaalde beoefeningen doet, hoeft nog geen boeddhist te zijn. Want boeddhist zijn meten we af aan de innerlijke ontwikkeling en niet aan het uiterlijk. Je kunt denken dat iemand die in Tibet geboren is vanzelfsprekend boeddhist is, maar dat hoeft helemaal niet zo te zijn. Dat ligt er maar net aan wat er in zijn of haar hoofd omgaat. Iemand kan er zelfs als monnik uitzien, maar dat is nog geen garantie dat hij werkelijk boeddhist is. Het kan best zijn dat iemand in een interessant gewaad rondloopt, thuis boeddhabeeldjes heeft staan en de hele dag manimantra's loopt te zingen, maar dat is geen enkele garantie dat die figuur boeddhist is. Op zich is het helemaal geen kunst om beeldjes in huis te hebben, want die kun je overal kopen. En op zich is het helemaal geen verworvenheid een pij aan te trekken, want die kan je zelf maken of anders op een rommelmarkt kopen. Je kunt hem ook over een koe gooien maar daarmee wordt die koe nog geen non.

In feite is het heel erg ontspannen om hier boeddhistisch onderricht bij te wonen, want je bent niets verplicht. Er is niets wat je wordt opgedrongen. Op deze ontspannen manier is het mogelijk kennis te nemen van het boeddhisme. Als je, nadat je een flinke hoeveelheid

Het is een universeel gegeven dat alle wezens in beweging zijn op zoek naar geluk en om lijden en problemen te voorkomen.

informatie ontvangen hebt, besluit dat je er wel wat voor voelt, dan kun je er altijd nog iets mee gaan doen. Ik zou vooral nieuwe mensen willen aanraden eerst de kat uit de boom te kijken.

De opzet en het belang van de Boeddha is om al die wezens te helpen bij het vinden van geluk en het voorkomen van lijden.

We adviseren dan ook steeds aan iedereen die hier komt om de technieken en methoden die je hier leert, eerst uit te proberen en te kijken of ze in jou geval werken, of ze je helpen een positieve ontwikkeling in je eigen bewustzijn te bewerkstelligen. Als je ziet dat ze werken en je wordt er een beter mens van, dan word je ook een goed boeddhist.

Dus we mogen van het eerste begin af aan best kritisch zijn over het boeddhisme. Die kritische houding werd ook door de historische Boeddha Sakyamoenie zelf gepropageerd. Hij zei: "Je moet niet alles geloven wat ik zeg, omdat je denkt dat ik gelijk heb. Nee, je moet elk woord dat ik onderwijs analyseren en onderzoeken met dezelfde kritiek waarmee je goud zou onderzoeken op een Indiase markt, waar je niemand vertrouwt."

Deze houding kan de Boeddha zich ook permitteren want hij, en honderdduizenden andere mensen weten: wanneer je de boeddhistische leer oprecht in praktijk probeert te brengen, werkt die gegarandeerd en zal zeker een positieve invloed hebben op je geestelijke ontwikkeling. Je zult zelf aan den lijve moeten ervaren dat het werkt.

Een tweede belangrijk punt van het boeddhisme is dat de Boeddha zelf de hele boeddhistisch leer zoals wij hem vandaag nog steeds kennen heeft onderwezen met maar één wens en dat is het lijden van de wezens op te heffen. Dat was de motivatie waarmee de Boeddha zijn onderricht gaf. Daarom heeft al het onderricht een bijzondere kracht. Het is niet alleen bedoeld voor boeddhisten, voor een bepaald ras of een bepaalde sekse. Het is bedoeld voor alle wezens; mensen, geesten, goden, enzovoort.

Het is een universeel gegeven dat alle wezens in beweging zijn op zoek naar geluk en om lijden en problemen te voorkomen. De opzet en het belang van de Boeddha is om al die wezens te helpen bij het vinden van geluk en het voorkomen van het lijden. De methoden en technieken die het boeddhisme hiervoor biedt zijn enorm omvangrijk en erg diepzinnig. Ze gaan heel ver en reiken heel diep.

Het boeddhisme begint met het vaststellen van de oorzaak van de problemen die de verschillende wezens ervaren. Wat ligt ten grondslag aan de frustratie en pijn waarmee alle wezens herhaaldelijk worden geconfronteerd? We kunnen verschillende oplossingen zoeken voor onze problemen. Er zijn soms heel gemakkelijke oplossingen, die maar even en niet grondig werken. Stel je voor dat het regent en het dak lekt. De meest eenvoudige oplossing is gewoon te blijven zitten en een paraplu op te steken. Natuurlijk word je dan niet nat, maar het lost het probleem ook niet op. Het kost veel meer moeite en het is ook veel grondiger om het dak op te gaan en het lek te dichten. Als je daar in slaagt, heb je echt iets bereikt. Dat is een beetje te vergelijken met de boeddhistische methode, die probeert de problemen bij de wortel aan te pakken. Deze wortel is volgens de Boeddha onwetendheid; het niet weten hoe de wereld in elkaar steekt.

Met 'onwetendheid' bedoelen we: de neiging om vast te houden aan de vergankelijke aggregaten als inherent 'ik' en 'van mij'. We leven allemaal vanuit een 'ik' waaraan we vasthouden alsof dat onafhankelijk bestaat. Alsof er een onafhankelijk pilootje in ons aanwezig is, dat aan alle touwtjes trekt. We hebben een foutief idee over ons zelf. Op basis van dat foutieve idee maken we ons 'ik' veel concreter dan het in feite is en kennen we er een bijna concreet bestaan aan toe. Op basis van het vasthouden aan dit bijna concrete 'ik' houden we ook aan onze bezittingen vast als concreet 'van mij'.

Eigenlijk is deze onwetendheid een grote vergissing. Doordat we ons 'zelf' waarnemen alsof dat een onafhankelijke entiteit is en het op die manier veel concreter maken dan het in feite is, maken we het ook veel belangrijker dan het in feite is. We vinden onszelf allemaal vreselijke belangrijk, nietwaar? Omdat iedereen zichzelf zo

De methoden en technieken die het boeddhisme hiervoor biedt zijn enorm omvangrijk en erg diepzinnig.

ontzettend belangrijk vindt, is iedereen die ons zelfbeeld bevestigt of ons idee van belangrijk zijn steunt, onmiddellijk een goede vriend of vriendin. Een goede vriend of vriendin 'van mij'. 'Mijn vriend', 'mijn vriendin'. Totdat die persoon ons iets flikt en ons schade berokkent; dan is die persoon onmiddellijk 'mijn vijand'. Omdat we de meeste mensen en dieren tijdens ons leven nooit leren kennen zijn de meeste wezens voor ons vreemden. Voor vreemden zijn we niet gelijkmoedig, maar onverschillig. Het maakt ons niet uit wat er met ze gebeurt. Immers, wijzelf zijn belangrijk, ieder die ons helpt is redelijk belangrijk en iedereen die ons in het vaarwater zit is vreselijk vervelend en daarom ook belangrijk, maar al die andere mensen doen er nauwelijks toe. Zo zie je dat, vanuit de onwetendheid waarmee we vasthouden aan een concreet onafhankelijk 'zelf', begeerte en gehechtheid ontstaat aan vrienden en vriendinnen, afkeer en haat jegens vijanden en een tomeloze onverschilligheid ten opzichte van de rest van de wereld.

Laten we eens kijken of dat klopt met onze eigen ervaring. Wat gebeurt er als we aan iemand vreselijk gehecht zijn? Stel je voor: je hebt een goede vriendin waar je vreselijk aan gehecht bent. Je weet uit ervaring dat wanneer ze ziek is, het zelfs pijn doet in je eigen hart. Waarom? Omdat je zo erg gehecht bent. Sterker nog, naarmate je meer gehecht bent, des te meer zal je lijden als het met die persoon niet goed gaat.

Een vergelijkbaar principe zien we in onze geest aan het werk in relatie tot een vijand. Stel je voor dat er iemand is aan wie je een vreselijke hekel hebt. Die persoon krijgt een ongeluk en hij gaat dood. Dan kun je je daar heel erg over verheugen. "Eigen schuld, dikke bult". Eindelijk zijn we van hem af. Zo werkt de menselijke geest gewoonlijk. Naarmate we meer haat voelden jegens die persoon, des te blijer zullen we zijn dat hem iets vreselijks is overkomen.

Deze reacties kunnen ook in onze dromen op de voorgrond treden. We kunnen immers dromen over vrienden en over vijanden. We zien in onze reactie als we wakker worden hoe de verstorende emoties begeerte en haat bezit nemen van onze geest, zelfs in een droom. Want ook al gebeurt er in feite niets in dromen, ze kunnen wel degelijk bepaalde emoties in ons opwekken. Als we dromen dat een goede vriend is overleden dan kunnen we daar bij het ontwaken even een rot gevoel over hebben. Terwijl er in feite niets gebeurd is; er is niemand overleden. Maar de droom was krachtig genoeg om dat gevoel van onbehagen in onze geest op te wekken. Zo zie je dat zelfs de dingen die we alleen maar in ons hoofd halen, wel degelijk een effect op onze emoties hebben. Dit verklaart waarom er in het boeddhisme veel te doen is over de geest, over alle verschillende mentale processen en factoren die onze geest beïnvloeden.

We weten uit ervaring dat zelfs het hoogste niveau van materiële welstand geen uiteindelijk geluk zal brengen. Natuurlijk is het comfort allemaal bijzonder prettig en draagt het bij aan een stukje welbehagen en tijdelijk geluk, maar het zal ons niet blijvend gelukkig maken. In het boeddhisme hechten we dan ook veel meer waarde aan het innerlijk van de mens dan aan het uiterlijk. Dat is zo omdat de ontwikkeling van de geest en de gedachten de hoofdrol spelen en niet hoe men er lichamelijk uitziet. Dus we benadrukken in het boeddhisme het innerlijk meer dan het uiterlijk. Daarom is er ook veel kennis over de geest en wat daarin omgaat. Nu is het niet gemakkelijk om vat te krijgen op je geest op zo'n manier dat je daarin meteen een positieve transformatie en een positieve ontwikkeling kunt bewerkstelligen, want de verstorende emoties (de negatieve factoren in onze geest) zijn door gewenning zeer krachtig.

Als je de boeddhistische methoden en beoefeningen in praktijk wilt brengen is het daarom belangrijk, je blik op oneindig te zetten en een doel te stellen in een ver gelegen toekomst. Het heeft geen zin een boek te lezen en een paar meditaties te doen en dan te kijken of iets gebeurt in je geest.

De boeddistische methode probeert de problemen bij de wortel aan te pakken. Deze wortel is volgens de Boeddha onwetendheid; het niet weten hoe de wereld in elkaar steekt.

In het boeddhisme hechten we veel meer waarde aan het innerlijk van de mens dan aan het uiterlijk. Daarom is er ook veel kennis over de geest en wat daarin omgaat.

Jan Paul Kool

Geshe Sonam Gyaltsen

Het boeddhisme is geen kant en klare maaltijd die je eventjes snel opwarmt en waarvan je meteen het effect voelt terwijl je nog eet. Ik waarschuw met name de nieuwe mensen om hun verwachtingen niet al te hoog te stellen. Na een enkele meditatie ben je nog niet halverwege het boeddhaschap. Westerlingen hebben vaak de neiging zo te denken. We zijn ook zo gewend aan allerlei instantpreparaten. Maar zo werkt het boeddhisme dus niet.

Ik probeer het dan ook niet mooier te maken dan het in feite is. Ik probeer het voor jullie niet aantrekkelijker af te schilderen. Daar zou ik ook niets mee opschieten. Ik zou je met allerlei mooie verhalen kunnen verleiden tot een intensieve beoefening, maar dan zou je toch na een paar maanden of jaren tot de conclusie moeten komen dat je teveel verwachtte. Je zou dan het boeddhisme verwerpen als niet effectief en dan zou je daardoor echt ver van huis zijn. Het is verstandiger rustig en geleidelijk aan, met de blik op een ver gesteld doel, iedere dag een beetje aan jezelf te sleutelen tot het allemaal wat beter gaat. Dat daar veel tijd voor nodig is, staat vast. Daar ben ik zelf het levende voorbeeld van. Ik ben al vanaf mijn zesde levensjaar monnik en ben nu vijfenvijftig. Ik praktizeer dus al negenenveertig jaar lang elke dag het boeddhisme. Ik woon nu iets meer dan 4 jaar in Nederland en voor mijn komst was ik al een paar keer in Duitsland, waar ik op verschillende plaatsen onderricht gaf. Bij deze bezoeken aan Europa viel me onmiddellijk op dat de mensen hier doorgaans veel opleiding hebben genoten en redelijk logisch kunnen nadenken. Veel mensen hebben ook goede kwaliteiten ontwikkeld. Toch kan het gebeuren dat de mensen hier, ondanks hun logische en kritische instelling en ondanks hun kwaliteiten, op een gegeven moment in de war raken van een bepaalde spirituele leer en zich daar ineens intensief mee gaan bezig houden met de meest wilde verwachtingen. Mocht je ergens horen over methoden waarmee je heel snel boeddha kunt worden, geloof er dan in eerste instantie niets van. Ben je er na ruim beraad toch van overtuigd, bel mij dan meteen even op, want ik ben al heel mijn leven op zoek naar zo'n methode! Echt waar. Ik ben op mijn zesde jaar monnik geworden omdat ik boeddha wilde worden en ik wil nog steeds

Het boeddhisme begint met je eigen tekortkomingen onder ogen leren zien; wat zit er fout in je eigen geest.

boeddha worden voor het welzijn van alle wezens. Hoe sneller, hoe beter. Dus als je een methode vindt, waarmee je in een paar maanden boeddha kunt worden, dan is dat precies wat ik nodig heb.

Vanaf mijn zesde doe ik al moeite om boeddha te worden en het gaat niet altijd over rozen. Ik denk ook weleens als ik zie hoeveel plezier de mensen hebben in de kroeg: "Ik zou ook wel een biertje lusten". En als ik op de tv zie hoe mensen zich in een discotheek vermaken, dan zou ik dat ook wel eens willen. Maar dat doe ik niet. Ik denk: "Nee, ik ben monnik en hou mij aan de regels. Ik wil boeddha worden." Daar is nu eenmaal een bepaalde inzet voor nodig. Dus als jullie een gemakkelijker methode weten, graag. Maar zo'n methode zullen jullie van mij niet horen. Van mij zul je alleen te horen krijgen hoe ik denk dat de vork volgens het boeddhisme aan de steel zit. Ik zal geen valse hoop wekken.

Het is natuurlijk heel gemakkelijk met een mooi verhaal te komen en er zijn ook prachtige technieken in het boeddhisme, maar ze zijn moeilijk. Ik wil jullie niet in de waan brengen dat het gemakkelijk is. Ik zou daarmee jullie en mezelf voor de gek houden. Het ontwikkelen van de geest vergt inspanning. Als je bereid bent die inspanning te leveren, dan levert het boeddhisme een complex van methoden en technieken die gegarandeerd werken. Maar alleen op de langere termijn. Vooral in het begin is het een niet erg plezierige methode. Want waar begint het boeddhisme mee? Met je eigen tekortkomingen onder ogen leren zien; wat zit er fout in je eigen geest.

De boeddhistische weg is een zware en lange weg, gedurende welke we proberen steeds weer op nieuw onze eigen tekortkomingen vast te stellen om daar tegen op te treden. Sommige verstorende emoties zijn zo krachtig dat we ze niet meteen kunnen opheffen, maar dan proberen we in ieder geval ons ervan bewust te blijven en bidden we ervoor dat we in de toekomst wel in staat mogen zijn die verstoringen uit onze eigen geest te verbannen.

Het positieve denken als uitgangspunt van al onze activiteiten is in feite één van de belangrijkste principes van de boeddhistische leer.

De grote meester Lama Tsong Khapa zegt: "Goed en slecht karma volgen op een goede en slechte motivatie. Uit positieve ge dachten komen goede dingen voort en een goede toekomst. Uit negatieve gedachten komen slechte dingen voort en een slechte toekomst. Alles is van de geest afhankelijk."

Het positieve denken als uitgangspunt van al onze activiteiten is in feite één van de belangrijke principes van de boeddhistische leer, zo niet de belangrijkste. Het heeft alles met motivatie te maken. Het boeddhisme zegt dat wanneer je goed gemotiveerd bent, je praktisch alles heilzaam kunt maken. Dat is een belangrijke stap die een boeddhist (of iemand die het boeddhisme uitprobeert) zal moeten zetten: je gedachten niet meer op hun beloop laten en denken dat je nu eenmaal zo bent en er niets aan kunt doen. Nee, we leren in de gedachtengang in te grijpen en iets aan onze motivatie te veranderen. We wekken een motivatie op waarvan we zeker weten dat die positief is en stellen die in de plaats van onze gewone gedachtengang.
We hebben het misschien niet altijd helemaal in de gaten, maar wanneer we iets doen of zeggen wordt die activiteit altijd vooraf gegaan door gedachten, door mentale activiteit. Voordat we iets doen of zeggen, denken we iets. In het geval van iemand die volslagen psychopathisch is, is dat misschien wat moeilijker te overzien, maar bij gewone gezonde mensen is er altijd eerst een gedachte. De gedachte van dit moment bepaalt wat we het volgende moment gaan doen. Daarom wordt gezegd dat als we bijvoorbeeld vanavond een positieve motivatie opwekken; "Morgen ga ik die persoon helpen", et cetera, dan zullen we ervaren dat we dat morgen ook gemakkelijker doen.

Ook in negatieve zin worden handelingen vooraf gegaan door gedachten. Iemand die besluit een benzinepomp te overvallen, zal daar eerst over nadenken. Er zijn allerlei gedachten over de manier waarop de overval zal moeten verlopen. Met die gedachten begint de overval eigenlijk al. In juridische termen heet dit

Het boeddisme zegt dat wanneer je goed gemotiveerd bent, je praktisch alles heilzaam kunt maken.

voorbedachte rade. Kijk maar eens in de wereld om je heen. Waar zijn de verschillende mensen mee bezig? Je ziet dan dat mensen die mooie dingen voor elkaar krijgen, zich een positief denken hebben eigen gemaakt en dat mensen die een scheve schaats rijden heel egoïstisch zijn. Dit is heel grof gesteld het verschil tussen positief en negatief denken en de daaruit voortvloeiende handelingen.

Ook op een subtieler niveau worden al onze handelingen voorafgegaan door mentale activiteit. Bovendien is er zelfs als je niets doet of niets zegt, maar wel gedacht hebt, toch een karmische indruk gecreëerd. Dat noemen we mentaal karma. In termen van slecht mentaal karma zijn er drie activiteiten die met name worden genoemd. Dat zijn: het koesteren van gedachten van hebzucht, gedachten van kwaadwil en verkeerde zienswijzen. We noemen dit mentaal karma, omdat het gedachten zijn waar verder geen fysieke of verbale actie uit voort hoeft te komen. Verder kennen we natuurlijk verbaal karma, dat is karma van onze spraak. We kunnen op vier manieren verbaal slecht karma creëren. In de teksten worden genoemd: liegen, tweedracht zaaien, grof taalgebruik en zinloos kletsen.
In ons menselijk bestaan blijft het niet bij mentale en verbale activiteit; we zijn ook fysiek zeer actief. Er worden met name drie fysieke schadelijke activiteiten genoemd: doden, stelen en seksueel wangedrag.

Als je alles optelt zijn er dus 10 schadelijke activiteiten. Deze zijn slecht karma en daarmee creëren we indrukken in onze geest waar alleen maar ellende uit voortkomt en waar nooit iets goeds uit voort kan komen. De negatieve karmische indrukken, die door schadelijke activiteiten van lichaam spraak en geest op onze bewustzijnsstroom worden geladen, produceren ellende en lijden. Dat hoeft niet per se in dit leven, immers onze geest gaat door na de dood. Daarom kan iemand die veel gestolen heeft en in dit leven niet tegen de lamp loopt, het slechte karmische gevolg pas in een volgend leven ervaren.

De negatieve karmische indrukken, die door schadelijke activiteiten van lichaam, spraak en geest op onze bewustzijnsstroom worden geladen, produceren ellende en lijden.

We zien dus eigenlijk dat we bij de uitleg van karma (datgene wat we doen en de gevolgen ervan) onmiddellijk geconfronteerd worden met reïncarnatie. Want wat we nu doen hoeft geen onmiddellijk effect te hebben in dit leven. Het kan best zijn dat we pas in een volgend leven de gevolgen ervan ervaren. Net zo hebben we in dit leven ervaringen die onverklaarbaar zijn. Die worden door het boeddhisme verklaard als de gevolgen van daden uit een vorig leven.
Het kan bijvoorbeeld gebeuren dat iemand ergens op een kantoor werkt en goed is in zijn werk, maar niet gewaardeerd wordt. Er lijkt iets scheef te zitten in de relatie met de baas en hoe goed die persoon ook zijn best doet, het lijkt niets op te leveren. Hij ondervindt alleen maar weerstand. Het tegenovergestelde kan ook: iemand werkt ergens, voert nauwelijks iets uit, maar de baas mag hem graag en doet ook niet moeilijk. Dit soort situaties wordt wat duidelijker en logischer in het licht van karma, in de bredere visie waarbij we zien dat er gevolgen kunnen zijn die hun oorzaak niet in dit leven maar in een vorig leven hebben.

Dit geeft enerzijds aan waarom het boeddhisme een lange weg toont, waarbij we onze blik leren verruimen, en anderzijds dat het veranderen van onze geest ook gevolgen heeft voor wat we doen en zeggen. Naarmate we positiever denken zullen we ook positiever spreken en handelen en wordt er in het algemeen veel meer goed karma gecreëerd.

We gaan gedurende dit en de volgende weekeinden proberen om wat meer inzicht te krijgen in de basisprincipes van de boeddhistische leer, opdat we die in onze eigen geest kunnen toepassen. We zullen dan een stukje positiever leren denken en daardoor een stukje gelukkiger worden. Om deze waardevolle leringen van de Boeddha op de juiste manier te ontvangen is het belangrijk dat we nu meteen al positief gemotiveerd zijn. Daarom verzoek ik jullie je motivatie voor

Naarmate we positiever denken zullen we ook positiever spreken en handelen en wordt er in het algemeen veel meer goed karma gecreëerd.

het volgen van dit weekend zoveel mogelijk positief te maken, door te denken: "Wat ik hier leer, wil ik gebruiken om een beter mens te worden zodat ik meer voor anderen kan doen."

Ik heb vanavond geprobeerd een soort inleiding te geven. Ik hoop dat deze informatie, die je misschien al uit boeken kende, wat meer op zijn plaats valt en meer onderbouwd wordt. Ik denk dat we dit weekend moeten proberen zo positief mogelijk gemotiveerd te zijn en te blijven.

Voor de mensen die nieuw zijn zou ik willen zeggen: als je misschien iets hoort wat je vreemd vindt, onthoud dat rustig even en leg het naast je neer, maar ga er niet meteen vandoor. Soms moeten we even wennen aan iets nieuws. Dat duurt dan even. Ikzelf kon bijvoorbeeld heel goed eten, totdat ik hier in Nederland geconfronteerd werd met een wel heel erg chique gedekte tafel: twee borden op elkaar, twee messen rechts, twee vorken links, een glas hier en nog een glas daar, enzovoort. Toen wist ik echt niet meer wat ik moest doen. Ik hield natuurlijk mijn vork in de rechterhand en het mes links, totdat men mij terecht wees en zei dat het andersom moest. Hoewel de gastheer het niet in de gaten had, ging het rechtstreeks in tegen mijn aangeleerde principes. Als je met de rechterhand met het mes iets afsnijdt en dan met de linkerhand de vork naar de mond brengt, dan eet je met de linkerhand. Dat is in heel Azië ondenkbaar. Het verbaasde me ook uitermate dat de soep vooraf gegeten moet worden, want bij ons hoort de soep bij het eten. Daar doop je af en toe wat in en daarbij slurp je de soep tussendoor lekker op. Zoals ik toen verbaasd was, zo zouden jullie verbaasd zijn als jullie voor het eerst bij een Tibetaans gezin te gast waren. En dan hebben we het alleen nog maar over de manier van eten. Zo kun je je ook voorstellen dat wanneer je een kijkje neemt in de spirituele keuken van het Tibetaans boeddhisme, je daar soms ook vreemde dingen zult tegenkomen. Maar nogmaals: dat went wel.

We gaan het gedurende deze weekeinden hebben over een korte Lam Rim tekst, waarin alle stadia van het pad naar de verlichting de loep passeren. Dit overzicht biedt een sterk houvast voor de beoefening. Nu hebben de oude studenten onder jullie al vaker Lam Rim onderricht gevolgd, maar op zich is dat geen reden om het nu niet meer te doen. Zoals de oudere studenten weten gaat het niet alleen om het verzamelen van informatie, maar vooral om het verinnerlijken ervan en uiteindelijk om het te realiseren. De manier van studeren van spiritueel onderricht is heel anders dan bijvoorbeeld het leren van een taal. Bij de taal blijft het bij het verzamelen van informatie en het perfectioneren van de uitspraak. Daar houdt het op. Als je eenmaal kunt zeggen: "How are you?" hoef je dat niet meer te leren. Dat hoeft dan ook niet eindeloos herhaald te worden.

In dit overzicht van de stadia van het pad naar verlichting kom je ook informatie tegen die je al kent. Je weet dat er een beginnersniveau van motivatie is, een tussenliggend en een hoogste niveau van motivatie. Ook al hoor je het voor de tiende keer, zolang je je nog steeds niet op een van die niveaus bevindt, kun je beter maar blijven luisteren want het is voorlopig nog geen realisatie. De Lam Rim is dus heel anders dan het leren van een paar woordjes.

Nu is dit onderricht zo gerangschikt en gepresenteerd dat het steeds helderder wordt, naarmate je het vaker leest, hoort of er mee bezig bent. Dat is tevens de grote kracht ervan. Je inzicht groeit en het wordt ook iets van jezelf. Hou dat goed in de gaten. Al hoor je het honderd keer, dan heeft het honderd keer een zegening voor je. Het brengt honderd keer iets nieuws voor je mee.

Morgen gaan we met het onderricht van start. Daarbij hopen we dat de informatie in goede aarde valt en tot de gewenste resultaten zal leiden. Het moeilijke van het boeddhisme is dat we zelf de verantwoordelijkheid nemen voor onze eigen spirituele groei. We nemen zelf het heft in handen. Dat is niet gemakkelijk. Maar de menselijk geest heeft onbegrensde mogelijkheden en wij kunnen van alles leren. Hoewel het in het begin het moeilijkst zal blijken te zijn, wordt het op den duur wat gemakkelijker om je bepaalde kwaliteiten eigen te maken en erop te mediteren. Zelfs fietsen is moeilijk als je het voor eerst doet. Maar jullie fietsen vast allemaal met losse handen!

Zijn er vragen?

Student:
Is het boeddhisme een godsdienst, een filosofie of een religie?

Geshela:
In het boeddhisme is niet zo'n duidelijk onderscheid tussen wat wetenschap, filosofie en religie is. Je zou kunnen zeggen dat het boeddhisme een vrij wetenschappelijke en filosofische religie is! (Er is geen woord voor godsdienst in het Tibetaans) Het is een wetenschappelijke en filosofische religie, omdat er geen plaats is voor blind geloof of blind vertrouwen. Er wordt op gehamerd dat je alles moet weten en hetgeen je weet moet gebaseerd zijn op logica, op verstandelijke overwegingen en correcte rede-

nering. Er wordt gezegd dat als je iets aanneemt zonder logische redeneringen, dat vreselijk stom is!

Natuurlijk zijn er bepaalde dingen die nog voor ons bewustzijn verborgen blijven. We vertrouwen er dan op dat ze bestaan omdat mensen die verder ontwikkeld zijn dan wij ons vertellen dat ze bestaan. In die zin is er ruimte voor geloof en vertrouwen. Maar wat betreft onze eigen beoefening, die moet geheel gebaseerd zijn op gezond verstand.

Student:
Geshela heeft gezegd dat we voortdurend onze tekortkomingen moeten verbannen en bidden dat we onze verstoringen verwijderen. Tot wie bidden we dan?

Geshela:
In het boeddhisme is het bidden een verzoek aan de Boeddha om dingen die we heel volledig en correct willen weten, leren we van een leraar.

In die relatie, of dialoog zoals u dat noemt, is het mogelijk door studie onder begeleiding van de leraar echt een aanzienlijke geestelijke ontwikkeling door te maken en ook een stuk intelligenter te worden.

Maar er wordt door de Boeddha zelf al gewaarschuwd om niet zomaar alle leraren blind te geloven. Het is beter om alles wat wordt onderwezen te controleren met je gezonde verstand, te voorbeelden van gezien. We blijven kritisch en daar laten we het vanavond bij.

Wijden we de positieve energie toe aan het welzijn van alle wezens.

Het moeilijke van het boeddhisme is dat we zelf de verantwoordelijkheid nemen voor onze eigen spirituele groei.

Transcript: Sjon van de Tol.
Vertaling: Hans van den Bogaert.

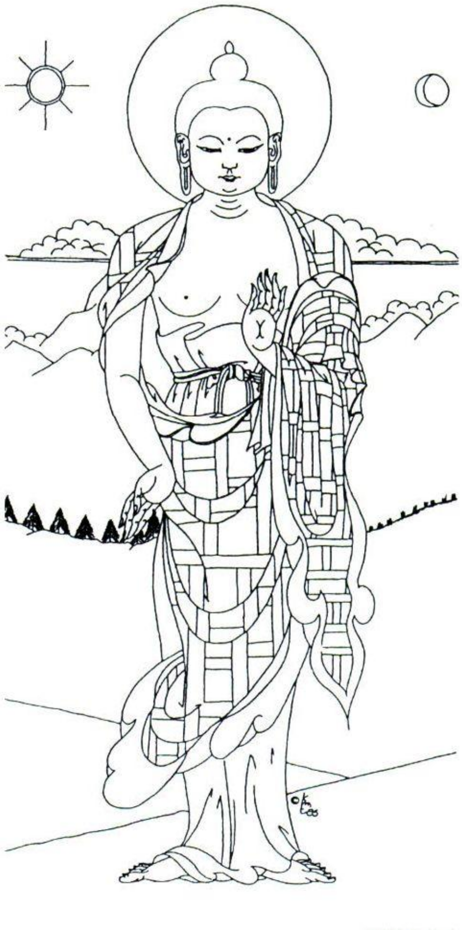
Het boeddhisme is een wetenschappelijke en filosofische religie, omdat er geen plaats is voor blind geloof of blind vertrouwen. Je moet alles weten en hetgeen je weet moet gebasseerd zijn op logica, op verstandelijke overwegingen en correcte redenering.

inspiratie of kracht. Daarin zien we een overeenkomst met andere grote wereldreligies.

Student:
Als je logisch denkt, is dat dan een dialoog? Heb je iemand anders nodig om na te denken?

Geshela:
Het is heel goed dat u dat zegt. Het boeddhistische pad begint in dialoog met de spirituele leraar. Dat zien we ook bij andere dingen die we leren. We leren het van iemand. Eenvoudige dingen kunnen we zelf leren, maar het gros van de dingen en zeker de baseren op correcte redenering en dan te kijken of het stand houdt. Er zijn helaas, ook in boeddhistische kringen, vreemde leraren die je zeker niet moet geloven.

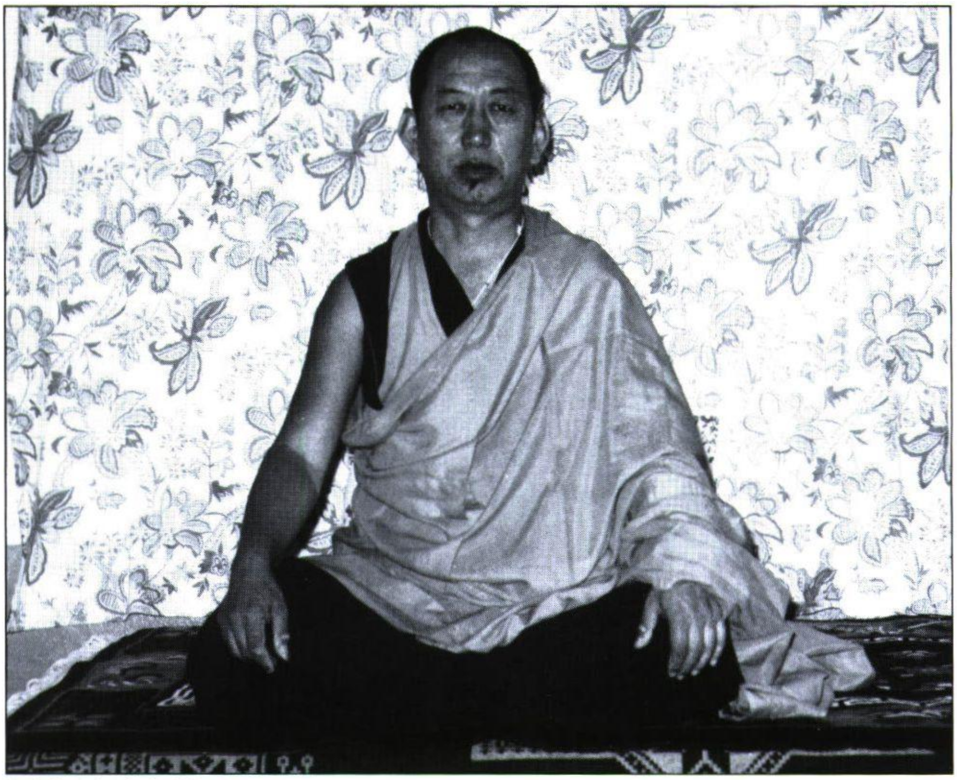
In het boeddhisme leren we ook manieren van logisch denken, waarmee we het geleerde zo goed mogelijk kunnen controleren. Daarmee voorkomen we misstappen, zoals die in sommige spirituele gemeenschappen worden gezet wanneer goedgelovige mensen hun toevlucht nemen tot een onbetrouwbaar persoon. Op de televisie hebben we daar



TERUGKOMST GESHELA GEVIERD DOOR EEN GROOT AANTAL STUDENTEN

Tot grote vreugde van velen kwam onze vaste leraar de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen op 23 september jl. terug in het Maitreya Instituut na een verblijf van 3 maanden in India. Hier volgt een kort verslag van die feestelijke dag die volgde op het eerste kinderweekend in het Maitreya Instituut. Een verslag van dit succesvolle weekend vind u elders in dit Magazine.

Het einde van het kinderweekend viel samen met het begin van de ontvangst van Geshe Sonam Gyaltsen. Om 16.00 uur werd het aantal aanwezigen vergroot tot 60 door de komst van 25 studenten, die gezamenlijk uit volle borst de Offerande aan de Spirituele Meesters reciteerden, toegewijd aan een veilige en snelle terugreis van Geshe Sonam Gyaltsen.



Geshela in het Gaden Klooster

Om 19.00 uur 's avonds, nadat de kinderen en hun ouders waren vertrokken, werd dankbaar gebruik gemaakt van de aangeboden diensten van de 14 studenten, die bleven overnachten om Geshe Sonam Gyaltsen de volgende ochtend vroeg te kunnen verwelkomen. Met vele handen werd de speelplaats voor kinderen weer omgetoverd in een eetzaal, een hal en een gompa.
Thirza en Jolanthe hadden in de week ervoor met behulp van anderen de vertrekken van Geshe Sonam Gyaltsen reeds tot in de puntjes gepoetst en verzorgd en vele bloemen neergezet.
Iedereen ging vroeg naar bed om de aankomst van Geshe Sonam Gyaltsen af te wachten.

Koosje van der Kolk

Aankomst in M.I.

Maandagmorgen, 06.10 uur werd het vliegtuig op Schiphol verwacht. Verschillende studenten deden hun opwachting op het vliegveld om Geshe Sonam Gyaltsen welkom terug te heten.
Alex en Janny zouden Geshe Sonam Gyaltsen naar Emst rijden voor het grote welkom daar.

De poedja was toegewijd aan een veilige en snelle reis - en het vliegtuig landde 40 minuten vroeger dan verwacht. Ook de paspoortcontrole verliep voorspoedig, zodat we reeds om 6.00 uur een telefoontje ontvingen dat de auto op weg naar Emst ging.
Binnen korte tijd waren allen actief om de laatste voorbereidingen te treffen. Witte strepen van meel met aan weerszijden 7 hoopjes meel als symbool voor de voorspoed brengende tekens werden op het pad aangebracht.

Veel lichtjes, wierook, bloemen, katags werden geplaatst of ter hand genomen en de ontbijttafel werd gedekt. En anderhalf uur later stapte onze kostbare, zo gerespecteerde Geshe Sonam Gyaltsen over het voor hem bereide pad. Zichtbaar verheugd zijn studenten weer te zien. Dertig van hen waren daar om de anderen te vertegenwoordigen. We nodigden Geshe Sonam Gyaltsen naar de gompa waar we hem gebeden aanboden, als teken van onze grote dankbaarheid en vreugde - toevlucht, het 7-delig gebed, de lange en korte mandala offerande en het verzoek het Wiel van Dharma te blijven draaien. We sloten af met het toewijden van de positieve energie.

Iemand suggereerde dat Geshela misschien moe was en na zijn

lange reis naar zijn kamer wilde, waarop Geshe Sonam Gyaltsen een wat vragende uitdrukking vertoonde, waarop we de moed vatten hem voor het ontbijt te noden, wat Geshela met een brede glimlach accepteerde. "Ja, laten we ontbijten." Ieders gezicht was vol vreugde en het ontbijt van verse broodjes, eieren en andere lekkernijen werd genoten onder het luisteren naar de verhalen die Geshe Sonam Gyaltsen meenam uit India. Ja, hij had hard gewerkt. Hij had onderricht gegeven aan vele studenten, instructies gegeven over de gebeden, bij examens gecontroleerd, zijn eigen examens gedaan. Eigenlijk was alleen de laatste week in Dharamsala vakantie geweest. Hij was vol lof over Tenzin Namdag (Martin Klaassen), die al zo goed Tibetaans sprak dat hij reeds mee kon doen met het debat!

We voelen allen hoe fortuinlijk we zijn deze kostbare leraar die tegelijk zo geleerd en zo vriendelijk is, zo toegewijd aan de Dharma en tegelijk zo warm van hart in ons midden te mogen hebben!

Hoe vaak hebben de bewoners sinds de terugkomst van Geshe Sonam Gyaltsen al gezegd hoe wonderbaarlijk harmonieus alles verloopt in het Maitreya Instituut. Projecten worden opgestart of komen in een stroomversnelling; onderling is er grote harmonie en vrolijkheid; steeds meer vrijwilligers komen de werkzaamheden verlichten; steeds meer studenten komen bij de cursusweekenden om het uitstekende onderricht van Geshe Sonam Gyaltsen te ontvangen. En Geshela zelf zegt verwonderd als hij door de straten van Epe loopt: "Alles lijkt hier nu nog veel schoner dan voor ik naar India vertrok".

Door: Thirza Happé en Koosje van der Kolk.

GEDICHT

Dit is het vers wat de Mahasiddha Guere Lama zong voor de prinses Palden Zangmo, toen zijn geest naar het Zuivere Land van Grote Vreugde vertrok. Het werd opgetekend na een visioen door Terton Dulzhug Lingpa in 1959.

O, Palden Zangmo en allen hier aanwezig,
Luister alstublieft naar wat ik te zeggen heb.

Vermijd het koesteren van negatieve gedachten
Over de Spirituele Leraren en Dharma meesters.
Vertrouw daarentegen vol respect op hen en op
Een zuivere waarneming, gebaseerd op een positieve motivatie.

Geef zinloze activiteiten op,
En wijd jezelf aan het beoefenen van het pad.
Streef ernaar, nu je dit kostbare mensenleven hebt verworven het
waardevol te maken voor spirituele groei.

Contempleer over de realiteit van de dood
En over de vicieuze cirkel van het lijden
Waarin de wezens van de zes bestaanssferen
Zichzelf bevinden, gevangen en gebonden.

Word wijs door het onderricht
Over de karmische wetten van oorzaak en gevolg
En ontwikkel de vrije geest van onthechting,
De benen van het spirituele pad.

Zoals onthechting de benen is
Is de mededogende verlichtingsgeest de romp
En de zuivere waarneming van alles wat verschijnt het hoofd
Ontwikkel deze drie essentiële kwaliteiten,
Het lichaam en de basis van het spirituele pad.

Deze drie vervullen de drie geloften
Van het Hinayana, het Mahayana en het Vajrayana
Ze zijn onmisbaar voor de spirituele zoeker
Streef er daarom naar ze te verwerkelijken.

Inderdaad, vreugdevol is de geestestroom
Die bevrijd is van gehechtheid.
Vermijd daarom de acht wereldse belangen
Die de geest slechts binden aan verstorende emoties.

De vijf psychische vergiften die de geest verwarren;
Gehechtheid, woede, jaloezie, trots en onwetendheid,
Zijn de werkelijke vijanden van de mensheid.
Het zijn deze die we moeten trachten te verslaan.

Vermijd werk zonder veel gevolgen
En zoek het pad naar spirituele vreugde;
De dingen van dit leven vervagen snel,
Ontwikkel dat wat eeuwig heilzaam blijft.

Wees je voortdurend bewust van de Drie Juwelen van Toevlucht
En verblijf in de mededogende verlichtingsgeest;
Zie iedere fout en tekortkoming van jezelf onder ogen

En ontwikkel iedere kracht van goedheid die in je is.

De Spirituele Leraar is de belichaming
Van de Boeddha's van de tien richtingen.
Vermijd cynisme en negatieve gedachten over hem
En zorg dat je zelfs geen moment gescheiden bent
Van de zuivere houding die de wegen van de Spirituele Leraar Ziet
Als wijze middelen om de geest van zijn leerlingen te trainen.

Zoek steeds opnieuw initiaties en zegeningen
Tot de geest ermee is doordrenkt;
Word nooit beïnvloed door vooroordelen en bijgeloof
Maar houd de geest altijd helder en open.

Dit is de essentie van mijn advies aan jou!
Probeer het alsjeblieft in praktijk te brengen.
Ikzelf zal over je beoefening waken
Vanuit mijn verblijfplaats in het Zuivere Land van Grote Vreugde.

Er is geen reden voor droefheid bij mijn dood.
Als je de weg van de boeddha's en boeddhavormen volgt
Zal je zeker worden vervuld van vreugde.
Ik zal voor je zorgen tot aan je verlichting
En gebeden opdragen opdat alle goede tekenen zich zullen voordoen.

Uit: Death and Dying: Glenn Mullin.
Vertaling Engels - Ned: Koosje van der Kolk.

DE WERELD DER MAHASIDDHA'S

KALAPA, DE KNAPPE GEK

**Al deze mensen brengen hun leven door
in volslagen waanideeën.
En toch noemen zulke dwazen mij waanzinnig.
Oh, ik weet dat om van zulke wanen te genezen de nectar
van de lessen van de meester, het beste medicijn is.**

Kalapa's goede karma straalde van hem af. Door de beoefening van geduld en meditatie in een vorig leven had hij het lichaam van een atleet verkregen, met prachtig gevormde gelaatstrekken en donkere, stralende ogen als diepe waterpoelen. Hij was zo mooi dat de mensen in Rajpur stilhielden op straat om hem aan te gapen als hij voorbijkwam.

In tegenstelling tot de mensen die munt slaan uit hun schoonheid en er anderen mee manipuleren om er zelf beter van te worden, voelde Kalapa alleen maar pijn en schaamte over zoveel belangstelling. Hij begon te geloven dat niemand ooit oog had voor de mens van vlees en bloed achter zijn uiterlijk en dat hij langzaam maar zeker alleen nog maar als een kunstvoorwerp beschouwd werd. Hoe meer de aandacht van anderen hem verwijderde van de omgang met gewone mensen, des te geïsoleerder en teruggetrokken hij werd.
Tenslotte zag hij nog maar een oplossing en dat was om de wereld helemaal af te zweren en zich terug te trekken op het terrein van een crematorium. Hij ging er naar toe met alleen de hoogstnoodzakelijke bezittingen en bouwde er een hutje. Het duurde niet lang of hij maakte kennis met een yogi die ook op het crematieterrein woonde. Die twee raakten bevriend. De yogi luisterde met belangstelling en sympathie naar het verhaal van Kalapa. "Ik weet wel een sadhana die misschien precies goed is om je te helpen deze problemen te overwinnen," zei hij tegen de jonge man.
Kalapa wilde graag leren en zijn leraar gaf hem de Samvara initiatie. Daarop kreeg hij de instructies om de meditaties van het ontwikkelings- en voleindingsstadium te doen. Het eerste zou hem de wereld van de verschijnselen laten zien, vrij van alle benoemingen en concepten van de geest. De tweede zou hem in staat stellen de aard van alle dingen als leegte te realiseren.

Al gauw was hij in staat om beide meditaties tegelijkertijd te beoefenen. Dat hielp hem om te begrijpen dat alle verschijnselen alleen maar een functie van de geest zijn en tot een enkele gedachte teruggebracht kunnen worden, wat de manier is waarop de boeddha's hun mandala waarnemen. Toen hij dit punt bereikt had realiseerde hij zich ook dat hij het waanidee van dualiteit kwijtgeraakt was, dat er geen enkel verschil was tussen hemzelf en iemand anders.

Toen hij vrij was van alle vooroordelen en gevoelsmatige gehechtheden, begon ongeremde activiteit als vanzelf door hem heen te stromen. De deuren van de perceptie werden wijd open gegooid en hij begon zijn gevoelens en ingevingen ongeremd uit te drukken, zonder zich te bekommeren om maatschappelijke normen.

De mensen van Rajpur, die er geen idee van hadden hoe het was om de werkelijkheid rechtstreeks te ervaren, zonder de banden van de geconditioneerde geest, waren ontzet. "Niet alweer zo'n gekke heilige!", riepen ze. Waarop de goddelijke gek het volgende lied zong:

De wortels van de angst liggen
in de waan dat ieder van ons
een op zichzelf staand eiland is,
alleen en gescheiden, de een van
de ander.
Als je vrij wilt zijn van dit lijden,
beschouw dan de werking van je
geest als een enkele gedachte,
een mandala van een meditatie-
boeddha, die verdwijnen in de
klank "AH", zoals de regenboog
in de hemel opgaat.

Geboorte, leven en dood hebben
hun greep op deze gek verloren.
De activiteit die vrij door hem
heenstroomt is puur geluk;
De realisatie van onverduisterde
helderheid is puur geluk;
Meditatie op de niet verduisterde
zintuiglijke gebieden is puur
geluk;
Het doel dat zonder inspanning
bereikt is is puur geluk.

Toen hij dit zei, steeg hij wel zeven palmbomen hoog in de lucht. Terwijl hij daar zweefde, demonstreerde hij zijn beheersing over alle elementen door vele wonderen te vertonen aan de verbijsterde bevolking.
Daarna werd hij wijd en zijd beroemd als de yogi Kalapa en toen de tijd gekomen was werd hij met lichaam en al opgenomen in het Paradijs van de Dakini's.

Uit: Masters of Enchantment.
Vertaling: Marijke Drost.

Robert Beer

Mahasiddha Kalapa

EEN INTERVIEW MET THUBTEN PENDE

Thubten Pende werd als Amerikaan geboren en ontmoette de Tibetaans boeddhistische leer in de zeventiger jaren in Dharamsala, waar onder supervisie van Zijne Heiligheid de Dalai Lama de "Library of Tibetan Works and Archives" was opgericht. Daar werd het Dharma-onderricht in alle belangrijke onderwerpen voornamelijk overgedragen door de eerwaarde Geshe Ngawang Dhargye, met de hulp van een aantal Tibetaanse tolken. De ontmoeting met Lama Thubten Yeshe trok Pende "over de streep", waarna hij 21 jaar lang monnik was. Tijdens die periode gaf hij les in Nepal, Amerika, Engeland en Frankrijk. Momenteel is hij getrouwd en leeft in Californië. Hij gebruikt zijn vakanties nog altijd voor het geven van Dharma-onderricht. Het Maitreya Instituut was zo fortuinlijk hem in afwezigheid van onze vaste leraar, voor de jaarlijkse zomercursus te kunnen uitnodigen.

Koosje: Wanneer kwam u voor het eerst in aanraking met boeddhisme?

Pende: De eerste keer dat ik in aanraking kwam met een vorm van boeddhisme was toen ik Siddharta las (een boek geschreven door Herman Hesse, red.) tijdens mijn eerste jaar aan de universiteit. Toen ik op reis was, nadat ik mijn studie had voltooid, las ik in een tijdschrift een artikel over jongeren als ik, met belangstelling voor het boeddhisme en ik vroeg me af, waarom?

Later tijdens diezelfde reis kwam ik, eigenlijk bij toeval, in Dharamsala terecht. Dat was de eerste keer dat ik me in een boeddhistische gemeenschap bevond en andere mensen met een enigszins vergelijkbare belangstelling ontmoette. Door die gemeenschappelijke belangstelling werd ik overgehaald het hoe en waarom van het boeddhisme te onderzoeken en begon ik lessen bij te wonen. Dat was in de "Bibliotheek van de Tibetan Works & Archives", waar ik studeerde bij Geshe Ngawang Dhargye, de eerste keer dat ik contact had met echte boeddhistische leraar.

Koosje: Welke studierichting volgde u aan de universiteit?

Pende: Ik studeerde er commerciële administratie als een soort alternatief, omdat ik niet wist welke richting ik uit wilde. Dit was op voorstel van mijn ouders om zeker te stellen dat ik tenminste een praktische toepassingsmogelijkheid voor mijn universitaire graad zou hebben. Toentertijd stond deze studierichting bekend als een snelle mogelijkheid om aan een baan te komen.

Koosje: Was deze studie van enig nut voor uw huidige loopbaan?

Pende: Ten aanzien van technische kennis niet, maar wel op het gebied van het me op mijn gemak voelen bij zakenlui.

Koosje: U bedoelt dat het nuttig is?

Pende: Het is nuttig voor het onderkennen van de beweegredenen en dergelijke van zakenlui. Ik denk dat dat wel zo ongeveer alles is, want gedurende mijn studietijd was ik niet echt gemotiveerd wat betreft het studiemateriaal. Ik denk dat mijn motivatie om op school te blijven meer een gevolg was van de wens om de studie af te maken en een graad te behalen. Het was zeker een belangrijk oogmerk om zo een inlijving bij het Amerikaanse leger te voorkomen, wat een snelle reis naar Vietnam betekende, wat toen in een vreselijke oorlog verwikkeld was.

Koosje: In 't kort, hoe groeide u op?

Pende: Ik ben opgegroeid in een gemiddeld gezin, in een huishouding en op scholen waar religieuze waarden werden geëerbiedigd. Mijn moeder komt uit Europa, Ierland en mijn ouders waren beide katholiek. Een erg gezonde gezinssituatie met zorgzame ouders die een erg goed voorbeeld gaven. Ik heb de contacten met mijn ouders, broers en zusters altijd goed onderhouden.

Koosje: Voelde u zich niet thuis in de maatschappij?

Pende: Ik stond niet vijandig tegenover mijn maatschappij. In mijn jeugd was ik gelukkig. Maar sinds mijn jeugd heb ik altijd een verlangen naar groei gehad. En in de kringen waarin ik verkeerde, de mensen en activiteiten waarmee ik in aanraking kwam, vond ik niet de mogelijkheid om me te ontplooien op de wijze die ik nodig had. Dus ik had me voorgenomen, ik denk al sinds mijn prille jeugd, om op reis te gaan en zodra ik mijn graad had behaald en vrij was, zou ik dat plan om te gaan reizen uitvoeren. Terwijl het misschien mogelijk geweest zou zijn om boeddhistische leringen en onderwijs in Amerika te vinden had ik besloten dat mijn zoektocht me buiten de Verenigde Staten zou voeren. Uiteraard had ik, toen ik begon, geen enkel concreet of specifiek idee van hetgeen waarnaar ik zocht, alleen dat ik meer wilde worden dan de persoon die ik naar mijn gevoel aan het worden was. Ik voelde dat ik het soort persoon aan het worden was waarmee ik nooit tevreden zou zijn. Dit leidde tot het idee om op reis en op zoek te gaan.

Ik had de neiging om de innerlijke strijd die ik ondervond binnen mezelf te houden. Ik zou deze

strijd innerlijk voeren en de plannen tot de oplossing daarvan eveneens binnen mezelf houden, dus toen ik uiteindelijke een boeddhistische monnik werd, kwam dat als een grote schok voor iedereen die me kende. Men had geen notie van de denkwijze die zou leiden tot een dergelijk besluit. Dat was mijn aard, het binnen mezelf houden van de dingen.

Koosje: Wat was uw idee toen u in Dharamsala kwam?

Pende: Ik kwam in Dharamsala aan in augustus 1972 en begon met een introductiecursus van 3 maanden in september 1972. Ik schat dat ik toen 23 jaar was.

Ik herkende het boeddhisme als hét onderwerp dat mijn werkelijke belangstelling had. Ik moet hieraan toevoegen dat hetgeen me werkelijk interesseerde mijn innerlijke groei was en de ontwikkeling van mijn kwaliteiten. De belangrijkste daarvan was het vergroten van mijn kennis, en onder de verscheidene vormen van kennis die we kunnen verwerven sprak mij het wezenlijk belang van de zelfkennis aan, van het eigen potentieel, en het feit dat de kijk van het boeddhisme op het eigen potentieel buitengewoon is, in z'n diepte en in z'n omvang. Voor iemand die de frustratie voelde van het gebrek aan mogelijkheid tot groei, met name in samenhang met innerlijke kwaliteiten, zag ik daarin, toen ik kennis maakte met de boeddhistische leringen, een uitdaging veel groter dan ik ooit voor mogelijk had gehouden, en een technologie die mij in staat zou stellen om me deze feitelijk eigen te maken.

Koosje: Wat gebeurde er sinds u in Dharamsala was en deze cursus volgde?

Pende: Ik volgde deze cursus en had dezelfde ervaringen als vele anderen wanneer zij voor de eerste keer met de Lam Rim leringen kennis maken. Dankzij de invloed van goede vrienden was ik in staat de verscheidene intellectuele belemmeringen te overwinnen waarvan sprake is bij dit onderricht, zoals de confrontatie met het bestaan van lagere bestaanswerelden en andere aspecten van de Lam Rim leringen die moeilijk voorstelbaar zijn voor een beginneling. Ik onderging dat alles en voelde me steeds meer uitgedaagd door de leringen, waarbij ik doorlopend het gevoel had dat ik me meer en meer moest inspannen en altijd het gevoel dat ze me voorzagen van de inspiratie en de leidraad die ik nodig had. Ik voelde dat er sprake was van groei door deze uitdagingen en dus vond ik dat aanleiding genoeg om door te gaan.

Jan Paul Kool

Margot Kool en Thubten Pende

Gedurende de tijd dat ik in Dharamsala verbleef werd Lama Yeshe uitgenodigd om een lezing te houden in de "Bibliotheek van de Tibetan Works & Archives". De lezing die hij hield was erg interessant. In feite verweet hij ons min of meer dat we onze tijd en de tijd van Geshe Ngawang Dhargye verspilden, evenals de gelegenheid die de Dalai Lama had geboden voor westerse mensen om in de "Bibliotheek van de Tibetan Works & Archives" Dharma-onderricht te volgen. Hij zei dat we de leringen die werden gegeven om onze gedachten te transformeren niet werkelijk gebruikten, maar dat we de leringen meer aan het bestuderen waren zoals elk willekeurig universitair onderricht, ijverig aantekeningen makend en onderwerpen besprekend met klasgenoten. We zouden zeker de terminologie leren en intellectueel met de onderwerpen op de hoogte raken, maar de basis-waarden en activiteiten van onze levens waren totaal ongewijzigd, nog steeds niet vertrouwend op geluk in geestelijk opzicht maar op externe oorzaken van geluk. Dit was een heel invloedrijke lezing en ik was erg onder de indruk van Lama Yeshe. Hij kwam op me over als iemand die meer was dan een leraar. Hij was meer een coach, iemand die je onderweg al lesgevend hielp, je

hielp een stimulerende omgeving te creëren je een soort dagrooster gaf en die je voortdurend feedback gaf en je gidste en dat was het soort leraar dat ik nodig had. Aldus vond er een geleidelijke transformatie plaats.

Maar toen werd mijn studie onderbroken door het feit dat mijn visum verliep. Ik vond geen manier om er onderuit te komen en verliet India en ging naar Nepal richting Mount Everest. Onderweg ontmoette ik Lama Yeshe's eerste discipel, Zina. Zij overtuigde me ervan, dat het nú de gelegenheid was om te mediteren op de leringen die ik in Dharamsala had ontvangen. Aldus bracht ik een hele maand al mediterend in de bergen door. Ik kwam naar beneden omdat ik een Lam Rim cursus in Kopan wilde bijwonen in november 1973, de 5e Kopan cursus. Tijdens die cursus besloot ik dat het enige waar ik werkelijk in was geïnteresseerd het leren en beoefenen van de Dharma was en dat ik een soort levenswijze nodig had die dat stimuleerde. Ik besloot monnik te worden. En in de maand januari volgend op de Kopan cursus ontving ik "getsul" wijding van Ling Rinpochee, de belangrijkste leraar van Z.H. de Dalai Lama, welke werd voorafgegaan door de Rabjung ceremonie die door de Dalai Lama zelf werd gegeven.

Koosje: Hoe ging die ontwikkeling in zijn werk?

Pende: Ik denk dat het een geleidelijke transformatie van mijn begripsvorming was, in de vorm van een soort "lagen van een ui", van mijn persoonlijke mentaliteit die een transformatie onderging in de boeddhistische praktijk. Eerst was er het leren van een nieuwe woordenschat en het verkrijgen van enkele andere "parafernalia" zoals afbeeldingen van rijstpapier, rozenkransen met veel kralen en dergelijke. Het ervan bewust worden dat men op elk niveau een mate van ontevredenheid ontdekt en binnen dat niveau kan oefenen wat weer toegang geeft tot een dieper niveau waar men kan ontdekken dat het boeddhisme dat niveau niet raakt. Om vervolgens te ontdekken dat men niettemin ook op dat niveau ontevreden is, het boeddhisme op dat niveau brengt en zo dieper en dieper; op die manier.

Koosje: Heeft u Lama Yeshe vaak ontmoet?

Pende: Ik heb hem maar één keer ontmoet toen ik in Dharamsala was. Toen ik naar Nepal ging, nadat ik India moest verlaten, heb ik hem zeer kort gezien, onmiddellijk nadat ik in Nepal aankwam. Ik ging naar Kopan en dat was bij toeval de laatste dag van de Lente Lam Rim cursus in Kopan. In die dagen waren er twee Lam Rim cursussen van een maand, een in de lente en een in de herfst. Ik zag hem toen, maar ik heb hem niet gesproken. Ik heb hem pas weer gesproken op de Kopan cursus die ik zelf bijwoonde. Toen ging het gesprek met hem over het besluit dat ik had genomen om monnik te worden en vroeg ik hem om advies.

Koosje: Had u toen al toevlucht genomen?

Pende: Ik had toevlucht genomen in Dharamsala en de toevlucht-ceremonie werd uitgevoerd door Geshe Ngawang Dhargye.

Koosje: Hebt u toen ook de lekengeloften afgelegd?

Pende: Nee. Ik heb de lekengeloften afgelegd tijdens de Kopan cursus die ik bijwoonde.

Koosje: Wat waren uw ervaringen nadat u toevlucht had genomen?

Pende: Ik herinner het me niet meer. (Lacht) Het is lang geleden. Ik vind alleen dat voor mij de praktijk van toevlucht nemen iets is dat ik steeds opnieuw ontdek met het voortschrijden van de tijd. Ik herinner me bij voorbeeld de Everest tocht in april 1973. Tijdens die tocht hield ik mezelf bezig met het lezen van de verhalen en gedichten van Milarepa, de 100.000 Verzen van Milarepa en Milarepa verwees steeds naar zijn leraar Marpa. Ik was sinds augustus 1972 in India en had het boeddhisme bestudeerd sinds september van dat jaar. Maar het was pas tijdens die periode in Nepal dat de gedachte in mij opkwam dat ook ik me tot een spirituele leraar zou kunnen wenden. Ik had gestudeerd bij Geshe Ngawang Dhargye, dus waarom mijn leraar niet gebruikt als een object tot wie ik kon bidden in plaats van een gebed in het algemeen... Ik was gewoon om voortdurend te bidden, maar ik bad tot een soort vormloze Luisteraar naar mijn gebeden. Dus het is een soort van geleidelijke fascinatie en erkenning van de waarde van de leringen zoals ik ze toepas of hoor uit een dieper bewustzijn.

Koosje: En wat betekent toevlucht nemen nu voor u?

Pende: (Denkt na...) Ik weet eigenlijk niet hoe ik dat moet beschrijven. Het is een deel van mijn dagelijks leven geworden. Technisch gesproken, veronderstel ik, dat er nu sprake is van gelijke nadruk op uiterlijke en innerlijke toevlucht. In het begin was er misschien meer sprake van nadruk op uiterlijke toevlucht, omdat ik minder overtuigd was van mijn eigen mogelijkheden. Nadat ik lange tijd op de uiterlijke toevlucht in mijn leraren heb vertrouwd, vind ik nu gelijke nadruk op de innerlijke toevlucht in mijn resulterende boeddha-

schap. Ik heb een nieuwe overtuiging gekregen in de mogelijkheden die ik inderdaad kan verwezenlijken, die grote betekenis voor mij hebben gekregen en die ik ook heel graag wil bereiken. Aldus ervaar ik, dat welke belemmeringen ik ook ondervind, welke tekortkomingen ik in mezelf ook ontdek, welke beproevingen zijn, lasten die ik te dragen heb, dat ik vastbesloten ben naar die doelen te streven en naar mijn eigen toekomstige verlichting uit te zien. Ik zie nu dus minder naar mijn spirituele leraren uit als personen die de lasten van mijn schouders kunnen nemen. Maar ik vertrouw zeker grotendeels op de leringen die ik heb ontvangen, omdat in dat opzicht mijn kennis en ervaring incompleet zijn en aldus vertrouw ik ook op uiterlijke Toevlucht.

Koosje: Hoe gaat uw geschiedenis verder?

Pende: Van Kopan gingen we naar Bodhgaya voor de Kalachakra initiatie in 1974 en daar ontving een aantal van onze groep in 1974 de "getsul" wijding. Daarna keerden we terug naar Kopan om verder te gaan met de instructies die Lama Yeshe ons gegeven had en namen we de verantwoording op ons voor de organisatie van de Kopan cursussen en traden toe tot een monnikengemeenschap voor Westerlingen aldaar. Zo werden er ook moesson-retraites georganiseerd, waarbij enkelen in Kopan bleven om dat te doen en anderen naar de bergen gingen.
Toen wilde ik de volledige monnikswijding aanvaarden. Daarvoor ging ik naar Dharamsala in de lente van 1975 en ontving die van Z.H. de Dalai Lama en vervolgde mijn studie aan de "Bibliotheek van de Tibetan Works & Archives". In de herfst van 1975 ging ik weer terug naar Kopan om te helpen met het leiden van de Kopan cursus. Na de Lam Rim cursus leidde ik de Lam Rim retraite in Kopan, een Lam Rim retraite van 10 weken.
Vervolgens keerde ik terug naar de Verenigde Staten, samen met een andere monnik. Lama Yeshe had mijn ouders ontmoet in de V.S. gedurende zijn rondreis aldaar en had beloofd dat ik terug kon gaan om ze te ontmoeten. Tevens wilde Lama Yeshe twee studenten uit zijn directe omgeving naar de V.S. sturen om te helpen met een nieuw centrum dat hij had opgezet. Ik besefte toen niet dat dat een van zijn belangrijkste plannen was, omdat hij dat aan de andere monnik had verteld.

Het was het Vajrapani Instituut in Los Angeles. Dus gingen de andere monnik en ik daar naar toe in 1976. Vanuit dat centrum in L.A. werd een ander centrum in Berkeley, California opgezet en aansluitend werd het Retraite Centrum in de bergen bij Santa Cruz gesticht. Ik bleef in L.A. tot 1978 en toen vertrok ik. De andere monnik bleef in Berkeley tot 1978 en vertrok daarna. Alleen het Retraite Centrum met dezelfde naam Vajrapani Instituut bleef bestaan en dat is tot op heden het geval.

Daarna ging ik naar Engeland. Ik werd uitgenodigd door het Manjushri Instituut om daar de coördinator van de Geshe studie te worden. Deze cursus was opgezet door Lama Yeshe, omdat Lama Yeshe de waarde van Westerse leraren inzag. Maar die Westerse leraren moesten dan wel worden opgeleid en het was ook van belang dat ze een soort officieel certificaat zouden verkrijgen, opdat ze in de centra als gekwalificeerde leraren zouden worden erkend. Dat was het idee. Aldus ging een aantal van Lama Yeshe's leerlingen dat belangstelling had voor de Geshe studie zoals die ook in de Tibetaanse klooster universiteiten word geboden daarheen om te studeren, met Geshe Jampa Thegchog als mentor van het programma. Als coördinator was het mijn taak de studenten te helpen, te motiveren en voor ze te zorgen. Ondertussen bestudeerde ik de onderwerpen zelf eveneens. Ik bleef daar 4 jaar.
Later werd Geshe Jampa Thegchog door Lama Yeshe uitgenodigd om abt te worden van het nieuwe Nalanda klooster voor Westerse boeddhistische monniken in Frankrijk. In die jaren uitten de Westerse monniken en nonnen de klacht naar Lama Yeshe toe dat ze een eigen plaats nodig hadden. Lama Yeshe was in staat een plaats voor de monniken te verkrijgen waar ze konden beoefenen en vroeg Geshe Jampa Thegchog om abt te worden van het Nalanda klooster, hetgeen Geshela aanvaardde. En toen vroeg Geshela of ik wilde helpen. Dus ging ik in 1982 naar Frankrijk en hielp met het spiritueel programma. In 1985 werd ik directeur, zakelijk leider van het Nalanda klooster. In 1993 werd ik de belangrijkste leraar nadat Geshe Thegchog moest vertrekken om abt van het Sera klooster te worden.

Koosje: Wanneer ontmoette u Lama Zopa voor de eerste keer en welke rol speelt hij voor u?

Pende: Ik ontmoette Lama Zopa toen ik naar Bodhgaya ging in januari 1973. Tijdens mijn studie in Dharamsala woonde ik een cursus bij onder leiding van Goënka (Vipassana meditatie, red.), welke 10 dagen duurde. Vandaar ging ik naar Bodhgaya waar ik een beoefening wilde doen met neerbuigingen. Een van mijn klasgenoten van de bibliotheek, Glenn Mullin, raadde mij aan met Lama Zopa Rinpochee te gaan praten om instructies voor de beoefening met neerbuigingen te ontvangen en dat was de eerste

keer dat ik hem ontmoette. Lama Zopa Rinpochee heeft voor mij eigenlijk het vacuüm opgevuld dat ontstond na het overlijden van Lama Yeshe (in 1984 red.). Het is belangrijk voor me dat er iemand is op wie ik een beroep kan doen en wie ik om raad kan vragen. Lama Zopa neemt die positie in voor mij.

Koosje: Wat betekent toewijding aan een spirituele leraar voor u?

Pende: Ik denk dat het in mijn eigen, persoonlijke belevingswereld een erkenning is van het feit, dat mijn opleiding en ervaring incompleet zijn en dat ik nog steeds afhankelijk ben van gekwalificeerde gidsen om me te vertellen wat ik moet doen. Dat is wat het voor mij betekent.

Koosje: Hoe lang bent u monnik geweest?

Pende: Ik ben 21 jaar monnik geweest.

Koosje: En wat was het effect van het monnik-zijn?

Pende: Het belangrijkste, geloof ik, is dat het me hielp aan een levensstijl die uitermate geschikt is voor studie en beoefening. Het is dan ook een levenswijze die is opgezet voor studie en beoefening. Ik had dus een heleboel tijd en energie die ik besteedde aan beoefeningen zoals meditaties en ik verkeerde in een gemeenschap die voorzag in vele leraren die kwamen lesgeven. Daarenboven hielp de discipline van die levenswijze ook om tijd te sparen voor beoefening en voorzag bovendien in de nodige extra motivatie om te vertrouwen op de tegenwerkende krachten van de Dharma om problemen op te lossen en aldus meer ervaring te krijgen in de Dharma en meer stabiliteit in de beoefening. Dit zijn de belangrijkste verdiensten die ik opdeed van het monnikschap.

Koosje: Hoe verkreeg u inkomen tijdens de periode dat u monnik was?

Pende: Mijn inkomen verkreeg ik hoofdzakelijk door lesgeven. Het bleek dat ik op prijs gesteld werd als leraar, dus men zou mij vragen om les te geven en aldus kon ik door meditatiecentra worden gesponsord als leraar. Toen ik b.v. in Los Angeles was werd ik als leraar gesponsord en toen ik naar het Manjushri Instituut ging had ik de functie van opleidingscoördinator. Dat verschafte mij een inkomen en tevens had het betrekking op mijn belangstelling voor opleiding en groei. Toen ik naar het Nalanda klooster in Frankrijk ging, waren er mensen die vroeger les van mij hadden ontvangen die mij wilden sponsoren. Dus van 1982 tot 1986 was ik hoofdzakelijk in het klooster, waar ik door weldoeners werd gesponsord.
Daarna kreeg ik steeds meer uitnodigingen vooral uit de Verenigde Staten om te komen lesgeven, dus gedurende een periode van circa 6 jaar, van 1986 tot 1992, ging ik daar ieder jaar heen om les te geven en daar ontving ik genoeg giften om in mijn levensonderhoud te voorzien in het klooster en ook om zelf aanzienlijke schenkingen aan het klooster te kunnen doen om te helpen met de instandhouding daarvan.

Koosje: Wat deed u besluiten het monnik-zijn te beëindigen?

Pende: Wel, dat is persoonlijk, het is eigenlijk moeilijk te omschrijven, maar er was sprake van enige ontevredenheid die ik ervoer en dientengevolge was ik op zoek naar een soort verandering. Als gevolg daarvan heb ik de monnikspij afgelegd.

Koosje: Daarna ging u nog steeds door met het werk voor Lama Yeshe en de FPMT?

Pende: Ja, omdat op dat tijdstip de hoofdvestiging van de FPMT (Central Office) aan het uitbreiden was. Als gevolg van alle aanspraken op Lama Zopa's tijd was het noodzaak geworden de vestiging uit te breiden en hem met de administratie en de verschillende functies welke hij bekleedt te helpen. Een van die functies was opleiding en ze hadden iemand nodig om zich daarmee te belasten. Ze vroegen mij om te onderzoeken wat er nodig was, om de verschillende mogelijkheden te onderzoeken en met voorstellen en dergelijke te komen. Daar het terrein van de opleiding mijn belangstelling heeft, heb ik dat aanvaard.

Zo lang ik me kan heugen wilde ik groeien, terwijl ik niet altijd wist op welke manier. Eerst werd het sport en atletiek totdat ik besefte dat ik meer om opleiding gaf. Opleiding leidde tot een zich ontwikkelende geest en de 'perfectie van wijsheid' en dat had steeds meer mijn belangstelling. Datzelfde soort belangstelling helpt me nog steeds verder.

Koosje: Wat is, naar uw ervaring, het belangrijkste verschil tussen de beoefening als monnik en de beoefening als leek?

Pende: Naar mijn ondervinding is het belangrijkste verschil dat ik me als leek meer bezig houd met het levensonderhoud van mezelf en mijn gezin. Mijn leven is niet meer zo eenvoudig als het was. Als gevolg daarvan moet ik meer bezig zijn met het voorzien in het werelds bestaan. Ook het getrouwd zijn en een kind te hebben om voor te zorgen heeft tot gevolg dat mijn beoefening veranderd is. Vroeger was ik meer meditatie-georiënteerd. Nu wijd ik

Jan Paul Kool

Lam Rim Zomercursus '96 met Thubten Pende

me meer aan de beoefening van geduld en vrijgevigheid. Er wordt gezegd dat van de 6 Perfecties de belangrijkste beoefeningen voor een leek vrijgevigheid, morele zelfdiscipline en geduld zijn en ik vind zeer zeker dat dit het geval is. Vrijgevig te zijn met mijn tijd, energie, het in stand houden van enige morele discipline. Nu ik buiten de structuur van de monniksgeloften val, wil ik toch morele zelfdiscipline beoefenen, wat meer een kwestie is geworden van kunnen onderscheiden in een omgeving waar men doet wat men wil. Vervolgens geduld. Ik word geconfronteerd met meer moeilijkheden, omdat het leven niet zo eenvoudig is, dus moet ik meer geduld beoefenen en dat doe ik.

Koosje: Brengt het u in verwarring?

Pende: Nee, er is geen sprake van verwarring. Ik probeer alleen in mijn verschillende beoefeningen te volharden en als de omstandigheden het toelaten kan ik er meer tijd aan besteden. Dus, wanneer mijn meditatie soms niet zo sterk is, dan zijn er andere momenten waarop ik me er meer op kan toeleggen en daarom beoefen ik voortdurend enige meditatie.

Koosje: O ja? Dus u vindt steun bij het handhaven van uw verplichtingen?

Pende: Ja, ik denk dat het voor mij noodzakelijk is om een zeker evenwicht, een zekere stabiliteit te behouden en aldus te voorkomen dat ik me gefrustreerd voel. Daar ik nu eenmaal die sterke drang heb, al mijn hele leven, naar groei en ontwikkeling. Ik weet, dat ik gefrustreerd zal zijn als ik voel dat ik niet groei. Dus ik moet dingen doen die ik zie als manieren om te groeien. Terwijl ik meer tijd kwijt ben aan het doen van beoefeningen die ik vroeger niet deed,

zijn er andere beoefeningen die ik vroeger vaker deed en nu minder. Ik moet er voor zorgen dat ik me op de een of andere manier blijf ontwikkelen. Er zijn enige dingen die ik niet helemaal los wil laten, die ik nog steeds wil bijhouden omdat ik er het belang van inzie.

Koosje: Doet u elke dag concentratie-meditatie op de ademhaling zoals u ons dat geleerd hebt tijdens de Lam Rim?

Pende: Ik doe het altijd, op de een of andere manier, omdat ik vind dat een beoefening als concentratie op de ademhaling voor mij de deur opent naar vele andere geestelijke beoefeningen. Het is gemakkelijker voor me om mijn aandacht te richten op de ademhaling omdat het iets is dat altijd doorgaat. Terwijl ik andere dingen alleen maar onthoud als ik er bewust mee bezig ben. Maar zodra ik me de concentratie op de ademhaling herinner word ik ook opmerkzaam gemaakt op andere dingen. Bovendien vind ik dat de beoefening van concentratie op de ademhaling een concentratie-oefening is, een aandachtsoefening, wat me helpt om te ontwikkelen. Ik kan de ontwikkeling van aandacht voelen en dat is iets wat ik graag voel, te bemerken dat er sprake is van echte groei. Ik vind het ook nuttig voor andere meditaties die ik doe. Bij wereldse activiteiten ondervind ik dat ik mijn werk veel beter kan doen met een verhoogde aandacht. Daarenboven doe ik mijn andere studies en meditaties.

Koosje: Wat is de structuur van uw dag in het algemeen?

Pende: Ik sta op, op verschillende tijden, dat hangt er vanaf, tussen 5 en 6 uur, ik doe een ochtendmeditatie, daarna ontbijt ik. Dan loop ik naar mijn werk en doe mijn werk op de hoofdvestiging (in Soquel, Californië, red.), die dichtbij is. Daarna kom ik weer thuis en lunch met mijn vrouw en kind en ga terug naar het werk gedurende de middag. 's Avonds kom ik weer thuis en doe dingen met het gezin en later op de avond doe ik weer meditatie.

Momenteel wordt mijn tijd grotendeels in beslag genomen door de organisatie van een FPMT-opleidingsconferentie (nov. 1996, red.) in Londen. Daarvoor moet ik een agenda samenstellen van de belangrijkste aspecten van opleiding die op de conferentie moeten worden behandeld. Ik ben een programma aan het maken dat zal helpen met die opleidingsaspecten en zal dat dan in logistiek opzicht uitwerken met het Jam Yang meditatiecentrum in Londen (waar de conferentie gehouden wordt). En ik verricht veel coördinatiewerk met andere leden van de hoofdvestiging, vooral met Petra MacWilliams, de mededirecteur van de hoofdvestiging. Zij draagt de uiteindelijke verantwoording voor de organisatie van de CPMT bijeenkomst dit jaar, die samenvalt met de opleidingsconferentie. Dit is het soort werk dat op het ogenblik het grootste deel van mijn tijd vergt.

Koosje: Wat is het belang van de Lam Rim?

Pende: Ik denk dat de Lam Rim vele contemplaties biedt die in feite gereedschappen zijn om de geest te helpen beheersen en het voorziet in een soort structurering voor alle verschillende leringen die men zou kunnen ontvangen, zodat men de functie en het doel van veel verschillende leringen kan zien door het perspectief dat de Lam Rim biedt.

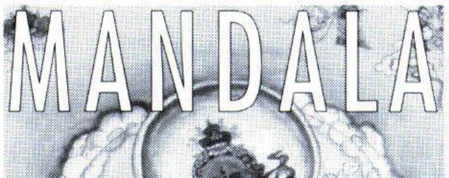
Koosje: Heeft u misschien een advies voor de lezers van het Maitreya Magazine?

Pende: Advies voor de lezers van het Maitreya Magazine.....
Wat nu in me opkomt is de lering, dat wij zelf degenen zijn die de verantwoordelijkheid hebben voor het besturen van ons eigen leven. Het aanvaarden van die verantwoordelijkheid is een voornaam ding, en dan de toepassing van de leringen op een doelmatige wijze om de eigen geest te beheersen en als gevolg daarvan geluk te ervaren.

Koosje: Heel hartelijk dank!

Pende: Graag gedaan!

Interview: Koosje van der Kolk
Transcript en vertaling: Rob Bastiaans.



Newsmagazine of the FPMT

Sixty-four pages of Buddhist news, teachings, interviews, issues, people, resources, books & videos: His Holiness the Dalai Lama, Lama Zopa Rinpoche, Lama Osel Rinpoche and others from the Buddhist world. Readers in fifty countries.

US$15 for six magazines a year.
You can pay by credit card.

Mandala
PO Box 1778, Soquel, CA 95073, USA
Phone (1) (408) 476 8435 Fax (1) (408) 476 4823
Email 73410.740@compuserve.com

ERVARINGEN VAN LAMA ÖSEL RINPOCHEE

Toen hij 19 maanden oud was, werd Ösel Hita Torres herkend als de reïncarnatie van de Tibetaanse lama Thubten Yeshe. Sedert dat moment is zijn leven niet meer te vergelijken geweest met dat van andere kinderen. Van een Spaans dorpje verhuisde hij naar het Tibetaans boeddhistische Sera Klooster in Zuid-India. Daar is hij, inmiddels 11 jaar oud, het onderwerp van wat omschreven wordt als "misschien wel het spannendste opvoedingsexperiment dat ooit ergens heeft plaatsgehad." Mick Brown vertelt het ongewone verhaal, met foto's van Peter Bialobrzeski.

Tijdens de lange en uitputtende rit van Bengalore naar het Sera-klooster had ik zitten nadenken over hoe ik Ösel Hita Torres zou moeten begroeten. Hoe gedraag je je tegenover een Spaans jongetje van 11 van wie men zegt dat hij de reïncarnatie is van een Tibetaanse lama - een jongetje dat nu al het spirituele voorbeeld is van tienduizenden boeddhisten over de hele wereld? Buig je voor hem? Geef je hem een hand? Breng je cadeautjes mee? Al sinds hij twee was, is Lama Ösel eraan gewend dat bezoekers neerbuigingen voor hem maken en hem de rituele witte sjaal - de kata - aanbieden, die hij vervolgens weer om hun nek hangt. Ik heb geen kata en ik weet niet zeker of ik wel moet buigen voor een kind van 11.

Jan Paul Kool

Lama Thubten Yeshe in 1977

Als puntje bij paaltje komt, blijken mijn zorgen ongegrond. Lama Ösel, een voor zijn leeftijd ongewoon lange en stevige jongen in een donkerrode pij en slippers, begroet me in de deuropening van zijn huis. Zijn ernstige uitdrukking licht even op door een verlegen glimlach. Hij voelt mij aarzelen, steekt zijn hand uit en schudt de mijne stevig. Hij biedt me thee aan, die gebracht wordt door een Tibetaanse verzorger, en die we op de veranda opdrinken.

Als gereïncarneerde lama neemt de jongen een bijzondere positie in het kloosterleven in. Hij woont in een grote, koele bungalow op een apart stuk land. Een huisknecht onderhoudt de bloemperken en een tam, blind hertje loopt rustig op het grasveld te grazen.

De jonge lama biedt aan me rond te leiden door zijn huis; zijn slaapkamer, versierd met religieuze Tibetaanse kleden, een groot altaar met afbeeldingen van heiligen en een gouden Boeddha in een glazen kast; zijn speelkamer, waar nog een altaar staat, nog meer thangka's en - een bijna schokkend contrast - de grootste verzameling Lego die ik ooit bij elkaar gezien heb.

In de leskamer van de lama staan een ouderwetse schoolbank en een miniatuur scheikundig lab met weegschaal, microscoop en een rek vol reageerbuisjes. De kast is gevuld met schoolboeken en stichtende romans: Watership Down, Kidnapped, The Hobbit. Op een tafel ernaast staat zijn laptop computer (hij is aangesloten op Internet) en een stapel softwarediskettes.

"Ken je SimCity?", vraagt hij enthousiast. "Sim-Tower, Sim-Farm, ik heb ook Doom2..."

Lama Ösel's lessen beginnen om zes uur 's morgens met gebeden en het uit het hoofd leren van boeddhistische teksten; ze eindigen om negen uur 's avonds, als zijn Tibetaanse leraar de losbladige religieuze teksten zorgvuldig in hun goudgele lap wikkelt. In de tussenliggende uren krijgt Lama Engels, Spaans, geschiedenis, natuur- en scheikunde, aardrijkskunde, wiskunde en onderricht in de boeddhistische filosofie en debatkunst.

Maar nu is het etenstijd. De jonge lama zet zijn computer uit en komt aan tafel. We zijn met z'n zevenen: Lama Ösel, zijn vader Paco en zijn achtjarige broertje Kunkyen, die net als de lama een donkerrode monnikspij draagt, Lama's verzorger Pemba, zijn Amerikaanse leraar George Churinoff en Peter Kedge van de Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition (FPMT) - een Engelse boeddhist en zakenman die verantwoordelijk is voor de opvoeding en scholing van Lama Ösel. Hij is vanuit zijn standplaats Hong Kong op bezoek om de vorderingen van zijn jonge pupil in ogenschouw te nemen.

De jongen leidt in het Tibetaans het aanbieden van het voedsel en het is even stil terwijl iedereen om de tafel wacht met eten tot hij begint. Het gesprek komt op filosofie. George Churinoff, een 50 jaar oude Amerikaanse boeddhistische monnik en natuurkundige geeft een uiteenzetting over de aard van de werkelijkheid. Wat bedoelen we als we het over een boom hebben? Een tafel? Een

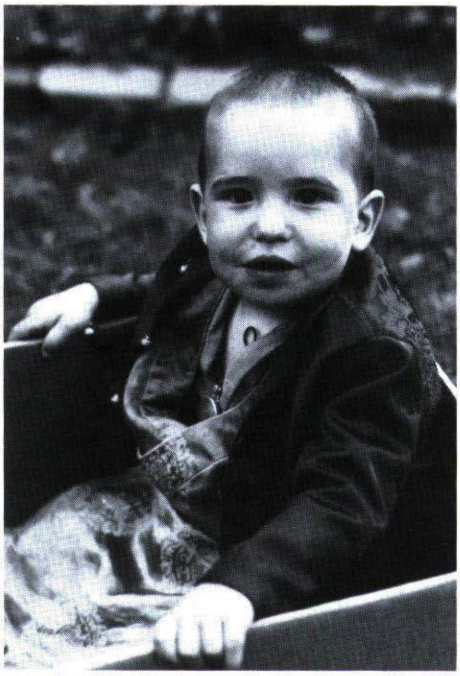
lichaam? Hebben die dingen een absolute werkelijkheid?
Nee, het zijn maar benamingen voor een verzameling onderdelen, die elk weer bestaan uit een verzameling kleinere deeltjes, die op hun beurt weer opgesplitst kunnen worden tot een niveau waarop de deeltjes niet eens meer meetbaar zijn; dan is het alleen nog maar energie.

De jongen van 11 luistert aandachtig terwijl hij met zijn eten speelt. Dan pakt hij de draad van de redenering op: "Dus een beker is vergankelijk, het lichaam is vergankelijk. Alleen leegte is permanent..." Hij is even stil. Dan kijkt hij mij aan. "Jij bent net als ik", zegt hij, "je eet heel langzaam," en hij lacht.

Er is een boeddhistisch gezegde over reïncarnatie: als je je vorige leven wilt leren kennen, moet je naar je huidige omstandigheden kijken; als je je volgende leven wilt leren kennen, moet je naar je huidige daden kijken.
De huidige omstandigheden van Ösel Hita Torres kregen een maand of 14 voor zijn geboorte vorm, op de dag dat een Tibetaans boeddhistische lama, genaamd Thubten Yeshe, op 49-jarige leeftijd in een ziekenhuis in Californië aan een hartkwaal overleed. Zijn toekomst is ruwweg als volgt te omschrijven: als hij 19 is, is hij klaar met zijn basisopleiding in zowel het eeuwenoude Tibetaans boeddhisme als de hedendaagse lessen van het technologische Westen. Hij studeert dan bijvoorbeeld kernfysica of psychologie. Tegelijkertijd reist hij de wereld rond om onderricht te geven en een organisatie te leiden waaronder kloosters, retraitecentra en opvanghuizen voor hulpbehoevenden vallen.

"Wat wij hier doen", aldus Peter Kedge, "is misschien wel het spannendste opvoedkundige experiment dat ooit ergens is gedaan." "Dat lijkt me", zeg ik, "geen bemoedigend vooruitzicht voor een jongetje van 11." Kedge knikt. "Ja, Lama beseft dat hij een zware last te dragen heeft." En is hij daar gelukkig mee? "Ik heb hem op mijn woord van eer nog nooit horen aarzelen. Het was het werk van Lama Yeshe en Lama Ösel heeft er nooit een punt van gemaakt dat het zijn rol is om dat werk voort te zetten."

Hoewel reïncarnatie volgens het Tibetaans boeddhisme voor iedereen onvermijdelijk is, zijn er wezens die hun geest met intensieve studie en meditatie zodanig getraind hebben, dat ze de omstandigheden van hun volgende wedergeboorte kunnen beïnvloeden. Deze tulku's, zoals ze genoemd worden, hebben een gelofte afgelegd dat ze zullen terugkeren om anderen naar de verlichting te leiden. De Dalai Lama, wiens afstamming langs 14 opeenvolgende wedergeboortes terug getraceerd kan worden, is de bekendste tulku. Maar binnen het Tibetaans boeddhisme zijn heel veel tulku's. Alleen al in het Sera-klooster wonen er zo'n 25.


Jan Paul Kool
Lama Ösel Rinpochee in 1986.

Van oudsher beperkte deze traditie zich tot Tibet, maar de diaspora die volgde op de volksopstand tegen de Chinezen in 1959, toen de Dalai Lama duizenden Tibetanen naar de ballingschap leidde, bracht talloze lama's en leraren naar het Westen. In de afgelopen jaren zijn dan ook reïncarnaties herkend in Canada, Frankrijk, Spanje en Amerika. Lama Ösel is de bekendste van hen. Zijn verhaal vormde de inspiratie voor Bernardo Bertolucci's film over een reïncarnatie in het Westen, Little Buddha.

Lama Yeshe zelf was al jong herkend als de reïncarnatie van een Tibetaanse abdis. Zijn jeugd bracht hij door in een klooster in Tibet. In 1959 ontvluchtte hij zijn land tegelijk met de Dalai Lama. Uiteindelijk vestigde hij zich in Kathmandu, waar hij Westerse studenten om zich heen begon te verzamelen.

Peter Kedge was een van de eersten. Kedge, inmiddels 48, groeide op in een vroom christelijk gezin in Birmingham. Hij studeerde techniek aan de universiteit, maar vertrok in het begin van de jaren '70 met een groep vrienden per Land Rover voor een reis door Azië om uiteindelijk in Kathmandu te belanden. De ontmoeting met Lama Yeshe was, aldus Kedge, "een openbaring. Voor het eerst in mijn leven kreeg ik scherpe, heldere, wetenschappelijke antwoorden op de vragen die ik al zo lang stelde - waarom we geboren worden, waarom we sterven, waarom sommige mensen het goed hebben en andere niet." Vier jaar lang was Kedge Lama Yeshe's begeleider. In die rol organiseerde hij lezingtournees en hielp hij mee Lama's organisatie, de FPMT, op te richten. Het was Lama Yeshe's grote kracht, vertelt Kedge, om de kern van de boeddhistische

Jan Paul Kool

Lama Ösel Rinpochee in 1986 bij M.I. in Maasbommel

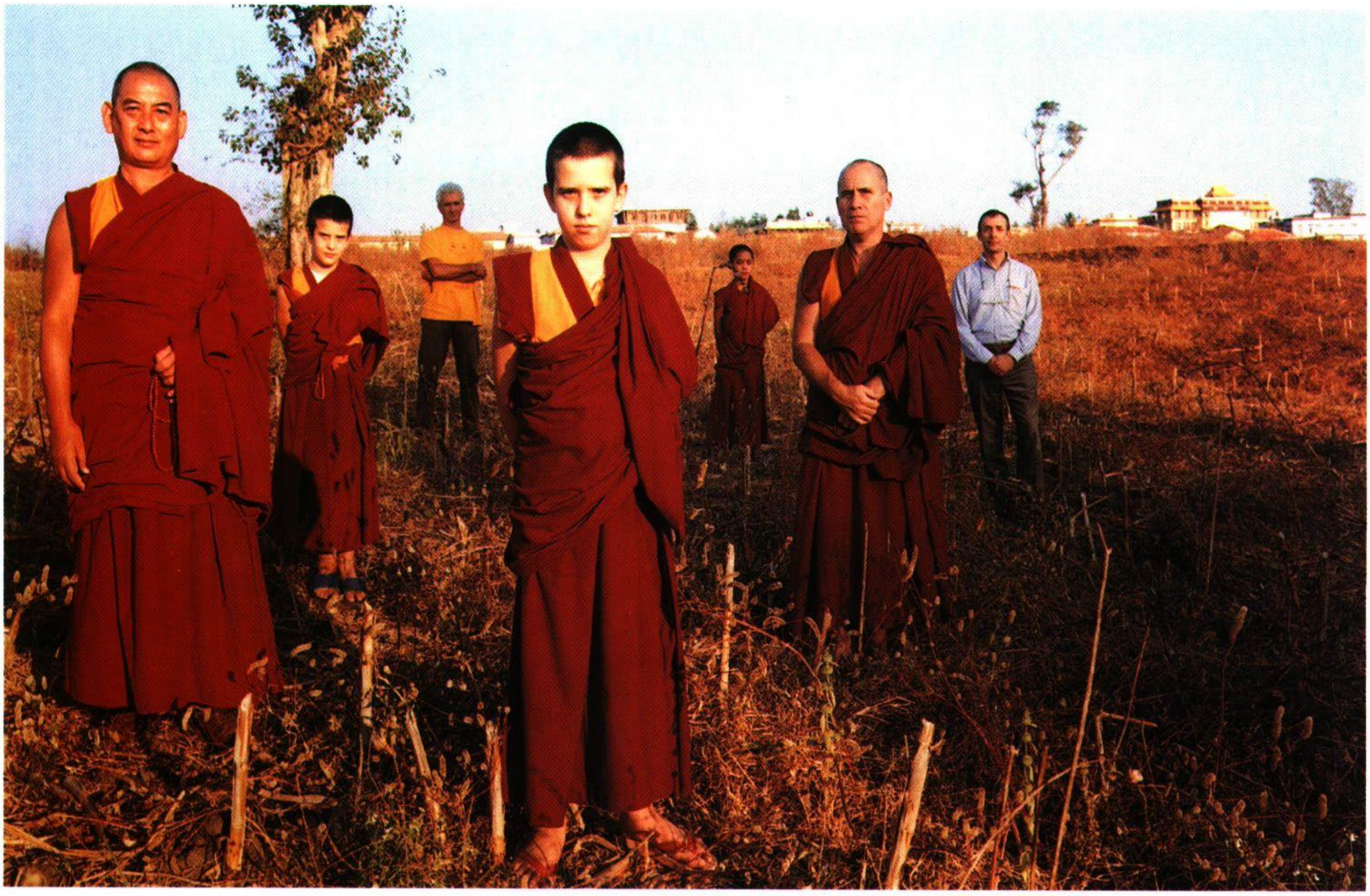
filosofie en psychologie - "wat maakt dat je gelukkig of ongelukkig bent, wat de zin van het leven is, en hoe je de problemen van alledag het hoofd kunt bieden" - uit zijn Tibetaanse jasje te halen en helder en begrijpelijk te maken voor Westerse studenten. De FPMT heeft nu zo'n 70 centra over de hele wereld.

Toen Lama Yeshe stierf, kwam de verantwoordelijkheid voor het vinden van zijn reïncarnatie te liggen bij zijn student en naaste vriend, Lama Thubten Zopa. In overeenstemming met de traditie raadpleegde deze diverse orakels - mediums die in verbinding staan met de leidende en beschermende geesten van het Tibetaans boeddhisme. Deze gaven aan dat Lama Yeshe voor zijn volgende leven een Westerse reïncarnatie zou kiezen om zijn onderricht voort te kunnen zetten.

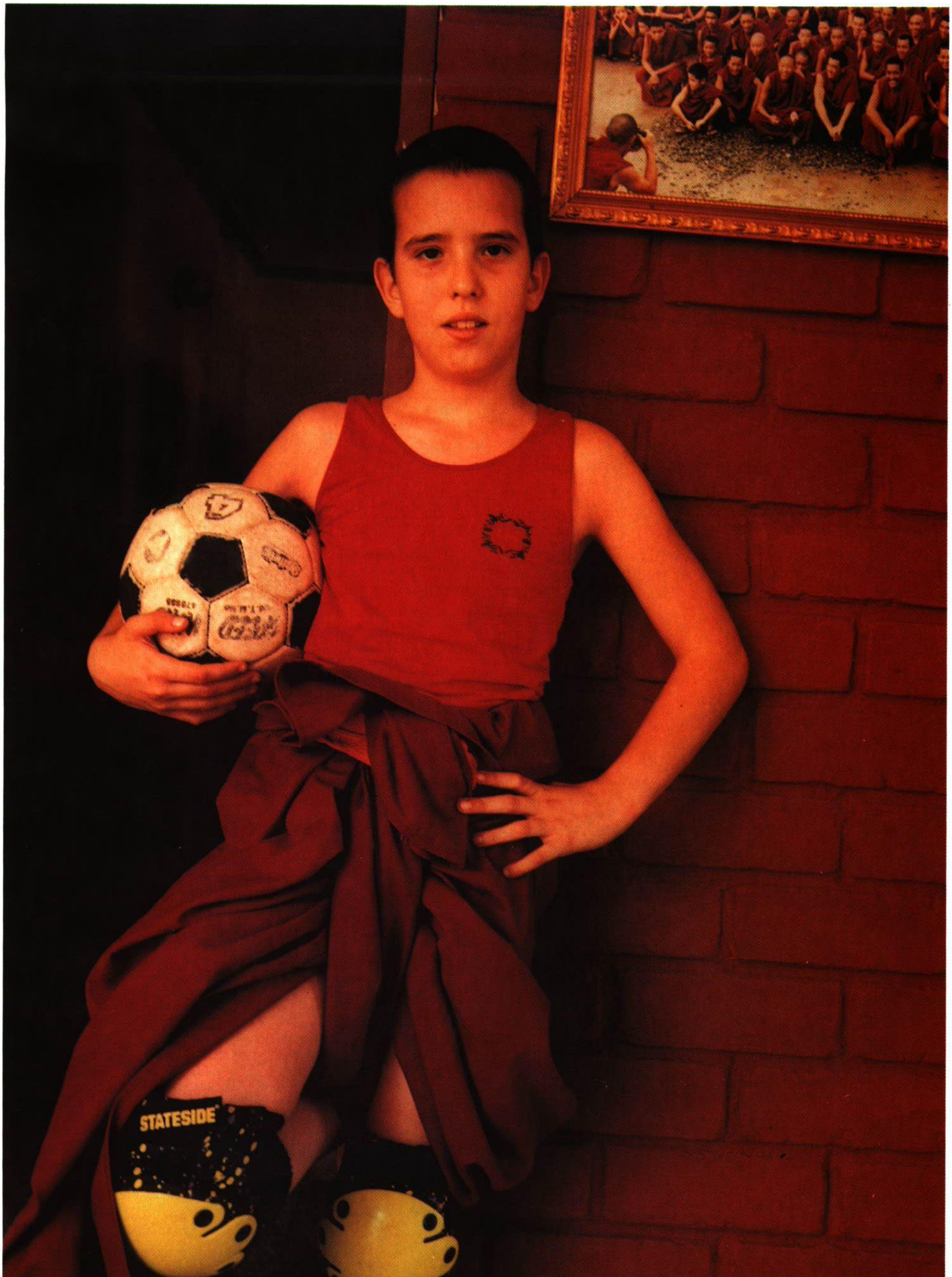
Lama Zopa bestudeerde zijn dromen. In één van die dromen verscheen Lama Yeshe om zijn oude vriend te vertellen dat hij op het punt stond om weer een menselijke vorm aan te nemen. Geruime tijd later droomde Lama Zopa over een Westerse baby, die over de vloer naar hem toe kroop. Ervan overtuigd dat Lama Yeshe's reïncarnatie nu op aarde was, begon Lama Zopa serieus te zoeken. Hij bezocht de centra en kloosters die Lama Yeshe tijdens zijn leven gesticht had. Tenslotte kwam hij in het dorpje Bubion, hoog in het Alpujarragebergte bij Granada. Daar hadden Paco Hita en zijn vriendin Maria Torres, beiden ex-studenten van Lama Yeshe, indertijd meegeholpen met de oprichting van een boeddhistisch retraitecentrum. Lama Yeshe had het centrum een jaar voor zijn dood nog bezocht en Paco en Maria voor hun werk bedankt. "Zelfs als ik dood ben", had hij toen gezegd, "zullen we nog veel gezamenlijk karma hebben."

Een half jaar voordat Lama Zopa in het dorp arriveerde, hadden Paco en Maria hun vijfde kind gekregen, Ösel. Lama Zopa herkende hem direct als de baby uit zijn droom. Hij vroeg Maria wanneer de conceptie precies had plaatsgevonden. Dat bleek in de nacht van Lama Zopa's eerste droom gebeurd te zijn. Op dat moment zei Lama Zopa niets tegen de ouders over reïncarnatie, alleen dat Ösel een heel bijzonder kindje was; dat ze zijn omgeving rein moesten houden en dat niemand zijn haar door elkaar mocht woelen.
Zelfs toen Maria Ösel verwachtte, vertelt Paco, was het al iets anders dan de vorige keren. Paco's werk als bouwvakker was altijd onregelmatig geweest en het grote gezin had het niet makkelijk. Tijdens deze zwangerschap leek Maria echter ongewoon ontspannen en plotseling was er meer werk, dus meer geld. Paco kon extra kamers aan het huis bouwen, met een babykamer voor de nieuwkomer.
Paco deed zijn dagelijkse meditaties in de babykamer. "Waarom weet ik niet", zegt hij, "maar soms kreeg ik van die ongelooflijke gewaarwordingen. Dan deed ik mijn ogen open en zag Lama Ösel met wijdopen ogen naar me kijken en dan begon hij te lachen. Toen ik voor de allereerste keer bij Lama Yeshe was, zeiden we niets tegen elkaar, maar we hadden datzelfde ongelooflijke contact. En met deze baby was het precies zo."

Tenslotte kondigde Z.H. de Dalai Lama aan dat hij zijn eigen orakels geraadpleegd had en bevestigde de herkenning. Uiteindelijk volgde de openbare bevestiging, toen Ösel een aantal bellen en mala's voorgelegd kreeg en zonder aarzelen de voorwerpen eruit pikte die aan zijn voorganger hadden toebehoord. Ösel Hita Torres was nauwelijks 19 maanden oud toen hij uitgeroepen werd tot "de absolute en ontegenzeglijke" reïncarnatie van Lama Yeshe. Paco vertelt dat hij niet wist wat hij ervan denken moest. "Ik had tijd nodig om te mediteren, om erover na te denken. Ik moest het in mijn hart voelen."
En nu?
"Nu voel ik het."
Waarom, zo vraag ik Paco, denkt hij dat zijn gezin uitgekozen werd? "Niet omdat ik zo'n goed mens ben, nee. Waarschijnlijk omdat we een groot gezin zijn; we hebben veel kinderen en hechten daardoor niet zo aan ze. Zo kan Ösel makkelijker zijn weg volgen, die van hulp geven aan duizenden voelende wezens. Lama Yeshe's



Peter Bialobrzeski



Peter Bialobrzeski

motivatie was altijd ongekend. Toen ik hem in 1977 voor het eerst ontmoette, wist ik helemaal niets van het boeddhisme - maar zijn compassie, zijn begrip raakten me. En nu hebben we Lama Ösel, die Engels, Spaans en Tibetaans spreekt en met computers om kan gaan. Het is net alsof hij dit ongelooflijke lichaam gecreëerd heeft om te wereld te helpen."

Bij de ceremonie van zijn wijding in Dharmsala in Noord-India nam de 2-jarige lama, gekleed in het ceremoniële gewaad en de gele, gepunte pandit-hoed, rituele offergaven in ontvangst, trok gekke gezichten, riep van alles, sabbelde snoepjes en speelde met een autootje. Aan het eind van de ceremonie klauterde hij van het podium af en rende naar zijn vader Paco, die hem de tempel uit droeg. Zijn lot was voorgoed veranderd.

Lama Ösel stelt de fotograaf en mij voor om op zijn computer SimCity te gaan spelen. In dit spel draait het om het plannen en bouwen van een stad, van de basis - aanwezigheid van energiebronnen - af. Hoewel het een spelletje is, is het tegelijkertijd een serieuze les in financieel en sociaal management.
"Okee", zegt Lama. "Vóór we iets kunnen bouwen, moeten we het eerst allemaal eens zijn. Als er twee ja zeggen en eentje nee, doen we het. Zeggen er twee nee, dan doen we het niet." Zo veel diplomatie is niet gewoon voor kinderen van 11.
Lama wijst een stuk bosland aan "voor de dieren - goed?" Met veel inzicht zet hij ziekenhuizen, scholen en een politiebureau neer. "Misschien moeten we belastingen gaan heffen?", stel ik voor. "Daar houden de mensen niet van", is zijn antwoord. "We moeten zorgen dat de mensen gelukkig zijn."

Tot nu toe, geeft Peter Kedge toe, zijn de opvoeding en opleiding van Lama Ösel grotendeels "op goed geluk" verlopen. In Tibet zou een jonge reïncarnatie al heel vroeg naar het klooster gebracht zijn; zijn ouders zouden het als een eer beschouwen. Maar wat past bij een Tibetaanse tulku hoeft nog niet geschikt te zijn voor een westers kind. Het was dan ook niet eenvoudig om het juiste evenwicht te vinden tussen de eisen die de traditie stelt en een normaal gezinsleven.
Al van jongs af aan leidt Lama Ösel een zwervend bestaan. Om de studenten van Lama Yeshe de gelegenheid te geven hun gereïncarneerde leraar "opnieuw" te leren kennen, heeft hij kloosters en centra bezocht in Nepal, Amerika, Australië en Europa, meestal vergezeld van één van zijn ouders.

Als boeddhist en student van Lama Yeshe wisten Paco en Maria van meet af aan dat hun zoon vroeg of laat het klooster in zou moeten om zijn opleiding voort te kunnen zetten. In 1991, Lama was toen zeven, verliet hij zijn ouders in Spanje om zijn intrek te nemen in het Seraklooster, zo'n 75 kilometer van Mysore.
Sera is één van de drie grote kloosteruniversiteiten van het Tibetaans boeddhisme die na 1959 in India opnieuw gesticht zijn. Sera is eigenlijk een kleine stad, met zijn 3000 inwonende monniken - een aantal dat nog groeit. De tempels liggen omringd door een wirwar van huizen en pensions, smalle ongeplaveide straatjes en paadjes.
Het is een plek waar de tijd gemeten wordt aan de hand van het onophoudelijke geluid van gebeden en mantra's, het gekwetter van in het donkerrood geklede monniken - vaak nog kinderen - die zich langs de stoffige paadjes naar hun lessen haasten, en het klaaglijke geluid van de Tibetaanse horens, dat weerklinkt boven de daken. Verder van Spanje kan een mens nauwelijks zijn.
Een westerse monnik trad op als Lama Ösels verzorger en een classica uit Yale en haar man werden aangesteld als privé leraren. Maar nog geen jaar later begonnen de problemen. De jongen klaagde dat hij zijn familie miste en begon zich af te zetten tegen de regels van het kloosterleven. Zijn moeder reisde toen naar India en nam haar zoontje mee terug naar Spanje.
Eenmaal terug in zijn dorp werd het kind in Ösel sterker dan de lama. Dat was, vertelt Paco, "een slechte tijd. Lama werd een gewoon dorpsjochie. Hij leerde niet meer, gebruikte lelijke woorden, vocht en stond de hele avond te flipperen met de andere jongens." De toestand werd nog moeizamer door het feit dat Paco en Maria hun relatie verbraken; de jonge lama raakte in een pijnlijk scheidingsproces verzeild.
Paco werkte in Londen, waar hij een huis in Kensington opknapte (het huis waarin J.M. Barrie Peter Pan schreef). "Lama kwam daar drie weken bij me logeren; hij was onherkenbaar veranderd, totaal zonder discipline, ongelooflijk."

Er werd een vergadering belegd met Paco, Maria en de leiding van de FPMT, waarin de jongen aankondigde dat hij terug zou gaan naar Sera op voorwaarde dat Paco en zijn jongere broertje, Kunkyen, meegingen. Maar nog niet alle familieperikelen waren daarmee opgelost. Vorig jaar beweerde zijn moeder, Maria, tegen een verslaggever van een krant dat haar zoon door de kloosteropvoeding "helemaal vertibetaanste" en dat ze wilde dat hij meer tijd met zijn familie in Spanje doorbracht. Daarop kwam de jonge lama eind vorig jaar drie weken naar Spanje en er is nu een rooster met voldoende gelegenheid voor regelmatige bezoeken.

Paco twijfelt er niet aan dat Sera de beste plek is voor zijn zoon. "Hij is hier gelukkig en dat is het belangrijkste, want als hij gelukkig is, is zijn geest open en wil hij studeren. Als hij niet gelukkig is, valt het leren hem moeilijk. Hij is gezond, heeft goede leraren en zit in een goede omgeving. Dat zijn de beste omstandigheden die hij hebben kan om een heel goed mens te worden."

Hoe je het ook bekijkt, het is een merkwaardig huishouden. De verantwoordelijkheid voor de discipline van de jonge Lama is verdeeld tussen zijn vader en een Tibetaanse bediende, Pemba Tenzin Sherpa. Verder zijn er een kok en een huishouder - allebei mannen.

Het is gebruikelijk dat tulku's gescheiden gehouden worden van de algemene kloosteractiviteiten tot ze een jaar of 13 zijn. Lama Ösel maakt af en toe uitstapjes naar een natuurreservaat in de buurt of naar Mysore en soms naar het strand. Er komen wel eens vriendjes spelen, maar zijn leven speelt zich toch grotendeels af binnen de muren van zijn tuin.

Het rooster dat op de deur van zijn leskamer hangt, geeft dagen aan van 15 uur, zes dagen per week. De lessen Engels, natuur- en scheikunde, geschiedenis, wiskunde en aardrijkskunde die hij volgt, zijn afkomstig uit een schoolpakket van een Engelse organisatie en gebaseerd op het Engelse Nationale Leerplan. Zijn vader Paco geeft hem Spaans. Tibetaanse conversatieles krijgt hij van Pemba en Tibetaans schrijven, recitatielessen en filosofie van een oudere geshe (de Tibetaanse equivalent van een doctor in de godgeleerdheid) uit Sera. Hoewel hij Gendon Chombal heet, kent iedereen hem gewoon als "Geshe-la".

Het is een pittig regime, maar als je mij vraagt of de jongen wel gelukkig lijkt, kan ik alleen maar bevestigend antwoorden. Gedurende de zes dagen dat ik in Sera ben, zie ik geen spoor van afwezigheid, driftbuien of irritatie. Elke ochtend als ik voor het ontbijt bij zijn huis arriveer, hoor ik de jonge lama in zijn kamer gebeden zingen. Als ik na het avondeten weer vertrek, hoor ik precies hetzelfde, als een rode draad die iedere dag met de volgende verbindt, en met de daarop volgende, en zo voort. "In deze wereld vol lijden, geef mij de zegen om alle voelende wezens te helpen. In deze wereld vol lijden, geef mij de zegen om alle voelende wezens te helpen. In deze wereld vol lijden..."

Er is nog een gereïncarneerde Lama komen spelen, een stevig Tibetaans jongetje van 13. "Dit zijn oude vrienden", legt Peter Kedge uit. Hij bedoelt heel oude vrienden, want in zijn vorige leven was de Tibetaanse jongen Lama Yeshe's leraar. Op de binnenplaats ontstaat een luidruchtig spelletje voetbal. Pemba, Lama's Tibetaanse bediende, kijkt vol afkeuring toe - lama's voetballen niet - maar zegt niets.

Die avond aan tafel praten we over eten. "In Spanje", vertelt Lama, "ben ik naar McDonald's geweest. Ik zag al die mensen dat eten en ik begreep er niets van." Hij trekt met overdreven afkeer zijn neus op. "Het is zo plastic. Zo walgelijk." Op een vreemde manier is dit één van de opmerkelijkste dingen die ik Lama Ösel hoor zeggen. Is er op deze wereld een tweede kind van 11 te vinden dat niet van McDonald's houdt?

Tijdens de dagen met LAMA Ösel ontdek ik dat hij als het ware kijkt hoe ik naar hem kijk. En ik realiseer me dat hij opgroeit onder onophoudelijke kritische aandacht, dat hij weet dat er voortdurend anderen naar hem kijken, op zoek naar tekenen van bevestiging of vordering.

Volgens de boeddhistische traditie gaat het bewustzijn na de dood door, en neemt het sporen, of indrukken, die gevormd zijn door de gedachten en daden uit het vorige leven, naar het volgende leven mee. Dit zou een verklaring kunnen zijn, aldus Peter Kedge, voor het verschijnsel wonderkind, dat met ongewoon gemak al heel jong bijvoorbeeld wiskunde kan, of piano spelen. In onze cultuur is geen plaats voor de gedachte dat dit mentale indrukken zijn uit een vorig leven, maar bij tulku's, die

Jan Paul Kool

Lam Rim Zomercursus in 1990 in Emst.

hun reïncarnatie als het ware kiezen, heten de afdrukken uit hun vorige leven buitengewoon goed ontwikkeld te zijn. Er wordt dan ook zorgvuldig naar gezocht.
Men zegt dat deze "imprints" in de jonge jaren gemakkelijker te herkennen zijn: er zijn talloze verhalen over jonge reïncarnaties die van hun ouderlijk huis wegkropen naar het klooster waar ze vroeger woonden, of die hun speelkameraadjes opdroegen neerbuigingen voor hen te maken. Mettertijd vervagen de mentale indrukken.
Al van jongs af aan vertoont Lama Ösel, naar men zegt, ongebruikelijk gedrag. Hij maakte heel spontaan rituele gebaren en vertoonde tekenen die erop wezen dat hij vroegere studenten "herkende"; in één geval ook de reïncarnatie van een oude vriend.
Lama Yeshe hield van in de tuin werken; ook Lama Ösel gaf, vertelt men, al vroeg blijk van enthousiasme voor tuinieren. Lama Yeshe was vaak in de keuken te vinden, waar hij de deksels van de pannen lichtte om te proeven en informeerde naar ieders welzijn. De jonge Lama Ösel vertoonde dezelfde trekjes.
Ik heb ergens gelezen dat Lama Yeshe de gewoonte had om zonder duidelijke reden over zijn hoofd te wrijven. Op een avond, aan tafel, zag ik Lama Ösel precies hetzelfde doen.
We hadden het over Lama's lessen. Hij had zitten lezen over de Azteken. "Zo interessant", zei hij, "ik lees erover en duik er meteen helemaal in." "Waarom vind je de Azteken zo spannend?", vroeg ik. Lama dacht even na. "Het lijkt op Tibet." Hij is nog nooit in Tibet geweest, hoewel Lama Yeshe er natuurlijk geboren is.
"Lama Ösel is niet Lama Yeshe, hij is zichzelf", zegt Paco. "In sommige opzichten lijken ze niet op elkaar. Maar ik voel een ongelooflijke compassie en liefde, en een heel heldere, open geest. Soms sta ik verbaasd. Dan vraagt hij me iets en neemt geen genoegen met zomaar een antwoord. Hij kan mij echt met dingen van mezelf confronteren. En zijn relaties met anderen zijn zo interessant. Ik heb gemerkt, dat als mensen trots zijn, zijn houding jegens hen heel hard is; hij is absoluut niet onder de indruk. Maar als mensen nederig zijn, reageert hij heel warm."
Dat was mij ook opgevallen. De jonge lama voelt stemmingen van anderen feilloos aan en merkt het als er iets is - "Alles okee?", kan hij op de gekste momenten vragen - iets wat voor volwassenen al niet gewoon is, laat staan voor een kind van 11. Als ik naar hem kijk, terwijl hij studeert, aan tafel zit te babbelen of met zijn Lego zit te spelen, vraag ik me vertwijfeld af of dit nu een kind van 11 is dat doet of hij volwassen is, of een volwassene die doet alsof hij 11 is.

Reïncarnatie doet nog weer een ander licht schijnen op de eeuwige vraag of het de natuur is of de cultuur die ons maakt zoals we zijn. Een buitenstaander kan met geen mogelijkheid vaststellen in hoeverre Lama's overduidelijke intelligentie en bedaardheid, het gemak waarmee hij visies te berde brengt "karmische imprints" zijn en in hoeverre ze het gevolg zijn van zijn opvoeding in een omgeving die, hoe je het ook wendt of keert, academisch is en weinig lichtzinnig. Er is geen televisie, geen video, geen popmuziek. Je voelt dat alles wat tegen hem gezegd wordt - alles waar hij mee in aanraking komt - zorgvuldig afgewogen is.

Als ik het onderwerp voortekenen en wonderen aansnijd bij de jonge lama's leraar, Geshe-la, wijst zijn peinzende uitdrukking erop dat zulke dingen zich niet makkelijk laten verklaren.
"Persoonlijk heb ik geen visioenen gehad dat Lama Ösel een reïncarnatie is, maar ik zie wel dingen. Soms, als ik het onderricht uitleg, begrijpt hij het wel erg snel en gaat er dan zelf op door, wat opmerkelijk is voor zo'n jong iemand. Dat bewijst voor mij dat er in elk geval een karmische indruk is."
Geshe-la is een eerbiedwaardige verschijning, die 45 jaar aan kloosterstudie gewijd heeft en nu verantwoordelijk is voor het onderricht aan 1000 monniken in Sera. Hij komt de jonge lama iedere middag les geven in de Tibetaanse taal en debatteerkunst. Het 11-jarige Spaanse jongetje en zijn 55-jarige Tibetaanse leraar zitten dan in kleermakerszit op de grond tegenover elkaar in Lama's kamer onder een portret van Z.H. de Dalai Lama en een masker van stripheld Kapitein Haddock. Ze voeren een ritueel op met dorje en bel, brengen offerandes aan de Boeddha en de godheden, en dan beginnen ze.

De les, in het Tibetaans, gaat over de wet van karma - het principe van oorzaak en gevolg dat de basis vormt van al het boeddhistische onderricht. Plant het zaadje en de tarwe groeit, zegt Geshe-la. Uit een goed zaadje groeit goede tarwe. Positieve energie ontstaat uit goede handelingen; negatief karma uit slechte. De jongen debatteert vol vuur en slaat zichzelf voor het hoofd als hij vastloopt, om dan in lachen uit te barsten. Het gepiep van een Mickey Mouse-wekker geeft het einde van de les aan. Straks, als hij 14 is, gaat de jonge lama naar de debatteerhal, waar maar liefst 500 monniken tegelijk bijeenkomen om over de diepzinnigste punten van de boeddhistische filosofie te discussiëren in een uitvoerig ritueel van vraag-en-antwoord en handgeklap om de argumenten kracht bij te zetten. Dat zal een zware test worden voor de jonge lama. Er zijn nog steeds

Jan Paul Kool

Lama Ösel Rinpochee bij Maitreya Instituut 1990.

mensen in Sera die hun bedenkingen hebben bij een westerse reïncarnatie. Ösel zal zijn uiterste best moeten doen.
"Hij moet het goed doen", zegt Geshe-la.

Mijn kamer kijkt uit op de binnenplaats; om half 6 's middags, als de zon achter het dak van de hoofdtempel begint te verdwijnen, waardoor het reusachtige reliëf van het Levenswiel op het dak goud kleurt, stromen de monniken binnen om het debat te beginnen. Rond middernacht zitten ze er nog. Ik lig in het donker te luisteren naar de schorre stemmen onder mij die debatteren, redeneren en lachen, het geluid van vlakke handen op elkaar, als golven die tegen rotsen aanspatten.

Ik vraag Paco of ik apart met Lama mag praten. "Dat moet je Lama vragen", zegt hij, "dat is aan hem." Lama zegt: "Morgenmiddag om half 5."
Hij heeft net pauze; met voelbare tegenzin scheurt hij zich los uit Sim City als ik hem aan onze afspraak herinner.
We zitten op de bank in zijn kamer en hij vertelt over zijn studie, het uit het hoofd leren, wat hij leuk vindt (Engels, natuurkunde, geschiedenis) en wat niet (Tibetaanse grammatica). Begrijpt hij, vraag ik uiteindelijk, wat de mensen over hem zeggen, dat hij de reïncarnatie van Lama Yeshe is?
Hij knikt ernstig: "Ja, dat begrijp ik."
En klopt het?
Hij lacht: "Dat weet ik niet."
"Voel je een speciale band met hem?"
Hij denkt even na. "Toen ik jonger was wel, denk ik, maar nu ben ik dat vergeten."
Krijgt hij aanwijzingen in zijn dromen?
"Weet je, ik onthoud mijn dromen nooit."
Vindt hij het fijn om in het klooster te wonen, vraag ik.
"Ik weet nog toen ik voor het eerst in India was. Toen was ik zeven. En toen ze me voorstelden om hier te blijven, zei ik: 'Bah, India.' Maar toen ik hier voorgoed kwam, merkte ik hoe fijn het hier is. Nu denk ik dat dit de beste plek is voor mij. Het is een prima plaats om te studeren."
"En is dat wat je wilt, studeren?"
Zijn antwoord is zonder aarzelen en nadrukkelijk. "Ja, dat wil ik. Zodat ik straks andere mensen les kan geven. Dat wil ik later."
"Wat wil je ze leren?", vraag ik.
"Boeddhisme", zegt hij. "Dat is iets goeds om ze te leren, want ik denk dat het de mensen helpt om gelukkiger te worden, en dat is volgens mij mijn taak, mensen helpen."
"En hoe vind je dat?," vraag ik.
"Fijn." Hij zwijgt even en glimlacht dan. "Nou ja, ik heb het nog niet geprobeerd, maar het lijkt me fijn."

Als dit Spaanse jongetje van 11 echt de reïncarnatie van een Tibetaanse lama is, zet dat al onze westerse ideeën over het einde van het bewustzijn bij de dood op zijn kop. Als het niet waar is, is Lama Ösel een ongewoon experiment in sociale en spirituele conditionering. Maar is dan niet elke keuze die we maken voor elk kind - of het naar een speciale school

gaat of naar de school om de hoek, of we het laten voetballen of piano spelen - een conditioneringsexperiment?
"Als het niet waar is...," Peter Kedge denkt na. "Dan zou je kunnen zeggen dat we een vreselijke fout gemaakt hebben. Maar ik weet dat dat niet zo is."

Maar komt de jongen dan geen dingen te kort? "Wat bijvoorbeeld?", vraagt Kedge, "zinloze t.v.-programma's? Popmuziek?" Een gewoon gezinsleven misschien. "Maar met elk kind dat de stimulans, de opvoeding en de brede ervaring van mensen om zich heen zou krijgen die Lama krijgt, zou het uitzonderlijk goed gaan. Het zou de allerbeste basis zijn voor hun verdere leven."

En hoe zit het met zijn toekomst? Peter Kedge zegt dat Lama Ösel nog minstens zes jaar in Sera blijft voor zijn kloosteropleiding. Tegelijkertijd gaat hij studeren om een westers diploma te behalen, hetzij aan een westerse universiteit of via een studie aan de Open Universiteit. Tegen die tijd, aldus Kedge, is Lama al "op pad" om onderricht te geven en FPMT-activiteiten te begeleiden.
"Wij in het Westen zijn materieel zo geraffineerd. En toch hebben we ongelooflijke persoonlijke en sociale problemen doordat mensen niet begrijpen waar onze geest gelukkig door wordt, en waardoor ongelukkig. Zo basaal is het. We hebben niet eens de simpelste middelen om onszelf te helen, maar de Tibetaans boeddhistische traditie biedt die middelen wel. Lama Yeshe is begonnen dat naar het Westen te brengen en ik ben ervan overtuigd dat Lama Ösel daarmee doorgaat."

Maar is het wel zijn eigen keuze? In zekere zin, zegt Kedge, is de keus al gemaakt. "Elke tulku heeft in vorige levens al de gelofte afgelegd om zijn bestaan helemaal te wijden aan het welzijn van anderen. De keuze is dus bepaald door die wens. Zijn doel in het leven is andere mensen te helpen. En hoe hij dat gaat doen, dat is zijn eigen keuze."
Maar stel nou, zo vraag ik, dat Lama Ösel iets anders wil worden dan universele leraar; stel dat hij iets wil dat meer past bij de gebruikelijke ambities van een jongetje van 11, bijvoorbeeld profvoetballer worden?
"Ik weet het niet," antwoordt Kedge. "We zijn pioniers en dat kan alleen maar omdat we een bepaalde toekomstvisie hebben. In zo'n geval zouden we moeten proberen flexibel te zijn, maar profvoetballer...? Ik weet het gewoon niet."

Als ik zijn vader, Paco, dezelfde vraag voorleg, denkt deze grondig na. "Ik denk niet dat het mis kan gaan", zegt hij ten slotte. "Wat hij ook kiest, zelfs als wij het niet meteen begrijpen, kiest hij dat omdat het de beste manier is om mensen te helpen. Dat wil Lama."

Opeengepakt in een motor-riksja maken we een tochtje naar een meer in de buurt om de vissen te voeren. Op de terugweg zit Lama gehurkt naast de chauffeur voorop en hangt gevaarlijk naar buiten. Vlak voor we bij de kloosterpoort arriveren zegt hij de chauffeur te stoppen. Hij klimt achterin. Het zou niet gepast zijn dat de andere monniken een lama zien stunt rijden in een riksja.

Als we weer binnen zijn, ontvangt hij twee westerse volgelingen in zijn kamer. Zijn vader en Pemba zijn er niet bij; Lama Ösel kan dergelijke verplichtingen uitstekend alleen af. In kleermakerszit op zijn hoge kussen gezeten kijkt hij rustig toe hoe zijn gasten neerbuigingen voor hem maken. De vrouw, een Zwitserse, haalt herinneringen op: toen ze hem drie jaar geleden bezocht, had ze geen geld. Toen kon ze een artikel dat ze over hun ontmoeting geschreven had verkopen; nu wil ze hem wat van de opbrengst aanbieden. De jongen glimlacht tegen haar. "Ik heb geen geld nodig," zegt hij. "Doe er maar iets nuttigs mee." Hij geeft haar een symbool van zijn zegen, een rood zijden koordje dat ze om haar pols knoopt.
Naderhand vraag ik Lama of hij weet waarom mensen neerbuigingen voor hem maken. Hij denkt goed na voordat hij antwoordt. "Omdat ze vertrouwen hebben in het boeddhisme," zegt hij. "En daar ligt mijn verantwoordelijkheid."

Die avond aan tafel geeft Lama een raadsel op: een vader geeft zijn drie zoons elk een roepie en draagt ze op terug te komen met iets nuttigs dat de kamer vult. De eerste zoon keert terug met een strootje. "Daar moet ik van niezen", zegt de vader. De tweede brengt een lap stof mee. "Die kriebelt," zegt de vader. "Wat," vraagt Lama, "brengt de derde zoon mee?"
"Ik heb geen idee," zeg ik.
"Een kaars," zegt de jongen met een stralende glimlach. "Om de kamer met licht te vullen."

Met de vriendelijke toestemming van Telegraph Magazine, London. Vertaling: Alix Royer.

MIDDENPAGINA FOTOBIJSCHRIFTEN:

Een monnikenbestaan, Lama Ösel (midden), omringd door vrienden, verzorgers en mentoren in het Sera-klooster: (v.l.n.r.) zijn leraar Geshe-la, zijn broertje Kunkyen, zijn vader Paco, zijn vriend Lama Kushu Palden, leraar George Churinoff en Peter Kedge, die toezicht houdt op de opvoeding van Ösel.

Debating-club, in deze kamer (links), versierd met religieuze kleden en een masker van Kapitein Haddock, krijgt Lama Ösel de principes van het debatteren onderwezen door zijn Tibetaanse leraar, alias Geshe-la. Als hij 13 of 14 is, gaat hij met de andere monniken meedoen aan de dagelijkse debatten in de debatteerzaal, links. Het vraag-en-antwoordritueel omvat onder meer het aan de arm rijgen van de rozenkrans en handgeklap terwijl de monniken worstelen met religieus-filosofische vraagstukken.

Time-out, Lama Ösel studeert 15 uur per dag, zes dagen per week; het potje voetbal tussendoor vormt een welkome afleiding.

EERSTE KINDERWEEKEND IN HET MAITREYA INSTITUUT; EEN GESLAAGD EXPERIMENT.

Op zaterdag 21 september rond 12 uur 's middags - een kleine 45 uur vóór de terugkeer van Geshela - barstte het eerste kinderweekend in het Maitreya Instituut los. De aankondiging in het voorjaarsnummer van het Maitreya Magazine had aanvankelijk een vrij schriele respons opgeleverd, zodat we uitgingen van een kleinschalig, gemoedelijk weekendje. In de laatste week voor het weekend (mede dankzij een oproep in de Koorddanser) bedachten ineens velen dat deelname voor hun kinderen ook een erg goed idee zou zijn. Het gevolg was....25 kinderen, variërend in leeftijd van 1 tot 12.

Gelukkig waren er ook vrij veel ouders die besloten het hele weekend te blijven (als ze geweten hadden dat er zo veel helpende handen van hen gevraagd zouden worden...). Binnenkomers zochten zich een slaapplek op de meisjes- of de jongens-slaapzaal, of toch maar liever met vader en moeder op een kamertje. Er was limonade en koek, en er werd al meteen driftig met het meubilair in de hal gesleept om fijne verstop- en klauterplekjes te creëren. Toen Ted, de kokkin, echt voor iedereen genoeg frietjes gebakken had, ving het werkelijke programma aan met een heerlijke - vegetarische en biologische - kinderlunch. Sander Tideman en Alix Royer openden het weekend met een poging tot enige tekst en uitleg over het programma en de "huisregels" van het instituut. Een poging, want verreweg de meeste belangstelling ging uit naar de gong. De nieuw ingevoerde huisregel luidde dan ook, dat bij elke gelegenheid dat er verzameld moest worden, iedereen om de beurt (héél hard) mocht gongen.

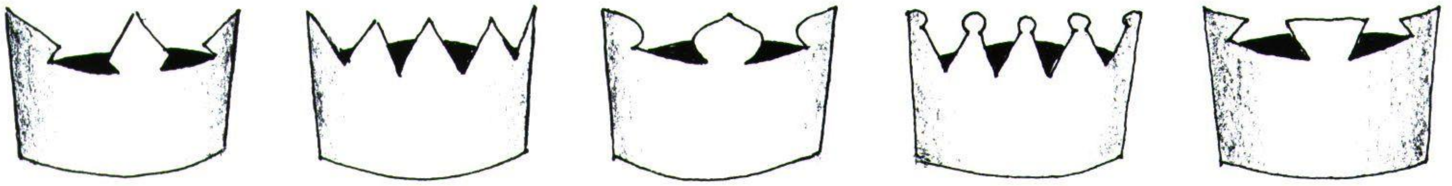
Na de lunch was daar de gompa. Zichtbaar onder de indruk van de beelden, thangka's en kleuren zaten de kinderen zowaar even stil op hun kussentjes. We kregen een korte toelichting op de verschillende afbeeldingen, waarbij bleek dat een aantal kinderen heel goed van wanten wisten ("Ik ken ook een Tara: mijn moeder!") Ook leerden we hoe je neerbuigingen maakt - een wondertje, zo vanzelfsprekend als kinderen dat meedoen - en we zongen al gauw "Om Mani Padme Hum".

Op de vraag "Wie weet wat mediteren is?", kwam zonder aarzelen links uit de zaal: "Dat is wat mijn vader altijd doet in de kelder." En vervolgens klonk het van rechts: "En mijn vader op zolder!"

Nog in de gompa hoorden we dat ons vervolgens een SPEURTOCHT te wachten stond. En niet zomaar eentje, maar een speurtocht langs de zes bestaanswerelden! Aan de hand van de thangka van het Levenswiel legde Sander eerst kort uit welke werelden dit zijn, en vervolgens werd de indeling van de groepjes bekend gemaakt. Toen we nog uitgingen van weinig kinderen lag het voor de hand om de vier groepjes slangen, hanen en varkens te noemen. Om van 25 kinderen vier groepjes te kunnen maken, zijn we de avond ervoor zo vrij geweest aan de boosaardigen, de gretigen en de onwetenden nog een vierde diersoort toe te voegen: de apen, die niet in staat zijn tot éénpuntige concentratie, maar steeds van de hak op de tak springen. Het werd zonder discussie geaccepteerd, misschien wel mede doordat de kinderen vervolgens geschminkt werden in overeenstemming met hun nieuwe identiteit.

Onder leiding van twee ouders per groepje gingen de kinderen op reis langs de bestaanswerelden, in het bos. Dit begon meteen goed, want de rode strikjes aan de takken brachten hen al snel bij de hellen. Sandra Tideman legde de kinderen uit dat dit de

Alix Royer



laagste der bestaanswerelden is. Verbeeld door een diepe kuil waar ze in moesten springen om te ontdekken dat ze er alleen uit konden met elkaars hulp. Dit bleek de basis voor een iets gunstiger wedergeboorte: als hongerige geesten. Het is een pijnlijke ervaring om koek te happen en er steeds net niet bij te kunnen. Maar omdat het toch een kinderweekend was, duurde dit minder lang dan de Dharmateksten ons vertellen en de kinderen werden wedergeboren als dieren. Bij het beestenweitje met de gans en de paardjes mochten ze onder leiding van Liesbeth Molenaars de dieren voeren, zich daarbij goed realiserend hoe afhankelijk deze wezens zijn. En hoe angstig, zoals bleek uit het woedende gegak van de gans.

Van daar ging het naar de mensenwereld, dit keer vertegenwoordigd door Regien van den Hout. In de achtertuin van Anila Kelzang en April Elzenga werd geschommeld en lang beraadslaagd over welk liedje te zingen, want wij mensen kunnen nu eenmaal kiezen. Ook de prehistorische grafheuvel bij de ingang van het instituut werd aangedaan. Hier stonden de groepjes stil bij de veranderlijkheid en het besef dat iedereen eens doodgaat.

De volgende bestaanswereld op de route was die van de jaloerse goden. Ed Wierda had prachtige ballonnen en elk kind mocht er een in zijn lievelingskleur met een touwtje om zijn enkel binden. Om vervolgens te moeten ervaren hoe zijn groepsgenootjes er hun jaloezie op uitleefden door te proberen elkaars ballonnen kapot te trappen. (Gelukkig waren er genoeg reserveballonnen om iedereen toch een echte mee te geven.)

Daarvandaan ging het naar de goden. In een caravan aan een weelderig met bloemblaadjes versierd paadje (totdat er een peuter in de teil stapte) lag een prachtige godin - Koosje van der Kolk - te slapen, wachtend om wakker gekust te worden. Temidden van prachtige afbeeldingen, licht, muziek en zoete geuren mochten de kinderen elk een gouden kroon uitkiezen plus iets lekkers. Er was dan ook geen tijd of aandacht voor meditatie op de leegte of mededogen.

Maar het bezoek aan de Taratuin bracht daar verandering in. Hier ging het over bodhicitta en leerden de kinderen wat verlichting is. Ze zongen Tara mantra en waren zichtbaar onder de indruk van haar prachtige verschijning.

Na deze zes werelden en de boeddhawereld, hadden alle kinderen meer dan genoeg inspiratie opgedaan voor het tekenen van hun eigen droomwereld. Dit idee vond buitengewoon gretige aftrek, mede omdat het tekenpapier bestond uit een grote lege witte cirkel, in de kaken en klauwen gehouden door Yama. Er zijn dan ook vele tientallen droomwerelden en Levenswielen getekend; een selectie daaruit is te bezichtigen in de gang van het Maitreya Instituut.

Terwijl we binnen heel veel avondboterhammen met vegetarisch worstje en hagelslag aten, werd buiten op de vuurpujaplaats onder leiding van Peter Vijverberg een groot vuur ontstoken. Na het eten verzamelden we ons eromheen, deels om oude Dharmateksten te verbranden en terug te brengen naar de Leegte met Om Ah Hum, deels om stoer met stokken in de vlammen te poken, deels om met wijdopen ogen en mondjes te staren naar het geflakker en de opdwarrelende sintels. De vier Tibetaanse kindertjes - Tsering plus de onlangs door Marie-Louise Kersbergen en Paul Simon via Stichting ROKPA geadopteerde Tashi, Dawa Dolma en Sumchok - leefden zich volop uit met het maken van gekke kapsels bij ouders en het zagen van nòg meer hout. We aten er nog een mandarijntje en genoten.

Toen onder leiding van veel ouders een douche-estafette en pijama's aan, om na een kop warme chocolademelk weer in de gompa te verzamelen. Daar werd door Alix voorgelezen over prins Siddharta en zijn jaloerse neefje Devadatta, die de aangeschoten zwaan terugeiste. Ademloos luisterden bijna 40 paar grote en kleine oren naar het wijze oordeel van de mysterieuze verschijning, die de zwaan toewees aan prins Siddharta, omdat deze het leven wilde beschermen in plaats van bedreigen. Ook was er nog een gek verhaaltje van Toon Tellegen over een reiger die honderden keren per dag dezelfde goudvis op moest eten; geen van beide dieren zagen een uitweg uit deze ogenschijnlijk eindeloze cyclus. Tot slot leerden we nog van Sander de mantra van Vajrapani zingen. Het was bijzonder om te merken hoe de subtiele werking van mantra-vibraties ook op ongedurige kinderen haar uitwerking niet mist.

En toen was het keten geblazen op de slaapzalen. Ineens was het Maitreya Instituut weer een ouderwetse jeugdherberg. Op de deur van de jongensslaapzaal hing een papiertje met in hanepoten "VERBODEN VOOR MEISJES" en "NO GIRLS". De "groten" hingen nog wat rond in de hal, terwijl de 4-7 jarigen volop kletsten, giechelden en probeerden elkaar de stuipen op het lijf te jagen met spookverhalen.

De inmiddels redelijk uitgevloerde ouders lieten het oorspronkelijke voornemen van een gestructureerde discussie over "kinderen grootbrengen met de

Alix Royer

Rond de Tara tuin.

Dharma" varen en beperkten zich tot gezellig na- en bijpraten. Om een uur of half 12 was het helemaal stil, op een paar hevig in hun droom pratende en zuchtende slapertjes na.

Zondagmorgen bleek wekkend rondgaan met de gong niet nodig. Er waren al een heleboel rennende voetjes op de gang, en er werd driftig gesleept met gevulde slaapzakken van de ene zaal naar de andere: "Cadeautje voor jullie, meisjes," waarna een proestend jongetje zijn slaapharen uit de zak stak. We besloten heel werelds eerst te ontbijten en dan de gompa in te gaan voor een ochtendmeditatie. Deze ging over licht, dat je boven je en in je kunt voelen, en dat je ook uit kunt stralen om je heen. Sandra leidde een visualisatie van onze eigen kamers en van Sakyamoeni Boeddha. Manjushri's mantra "Om Ara Patsa Na Dhi werd geleerd en gezongen. Vol spanning wachtte iedereen het sein af: "Nu komt-ie, jongens!," om dan héél lang Dhidhidhidhidhidhi dhi te zingen. Vervolgens was er een korte uitleg over de goeroe poedja die voor de middag gepland stond.

Hoewel het pijpestelen goot, ging het daarna naar buiten voor een najaarswandeling, waarbij het gezelschap lustig nog eens de hellewereld indook en onder indianengehuil ontdekte dat het grote vuur van gisteravond nog helemaal niet uit was! Dit werd dan ook nieuw leven ingeblazen en bood "de stoere jongens" opnieuw veel vermaak. Weer binnen en afgedroogd streken we neer voor de video om te kijken naar een aflevering van het kinderprogramma "Klokhuis" die enkele jaren geleden in het instituut is opgenomen (overigens een prima inleiding in het boeddhisme voor alle leeftijden!). Ook zagen we videofilms over Lama Osel in verschillende fasen van zijn leven. Hierbij werd duidelijk dat met name de grotere kinderen vol vragen zaten en dolgraag van alles het fijne wilden weten. De kleintjes waren duidelijk vooral gegrepen door het uiterlijk vertoon van Tibetaans boeddhisme.

Na de video's werd er buiten gevoetbald onder leiding van Koos Rood en Sander. Ook werd er touwgetrokken. Opvallend was, dat sommige kinderen systematisch van kant wisselden om een partij die dreigde te verliezen bij te staan. Ook waren er kinderen die binnen herhaaldelijk vroegen of ze mee mochten helpen met karma yoga. (Wat erin zit, hoeft er alleen nog maar uit te komen...)

De zondagse lunch bestond uit stapels pannekoeken, met champignonragout of gewoon stroop en poedersuiker. Na ijs met meloen toe begonnen we met de voorbereidingen voor de poedja. Er waren vier groepjes, dit keer min of meer op leeftijd, die elk een eigen taak kregen:

* koekjes bakken, onder leiding van Marleen Roelofs

Het "Wiel van Worden".

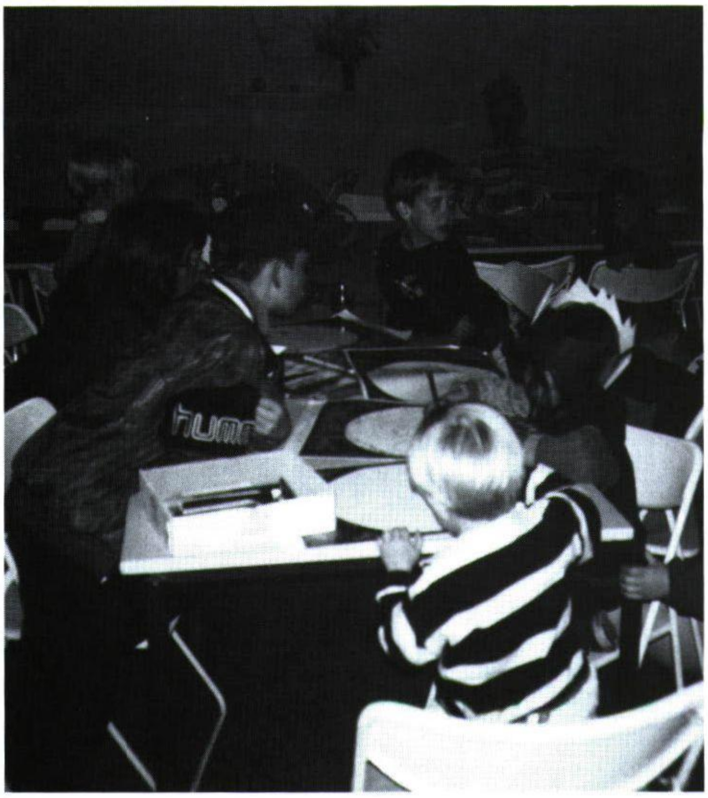
Door één van de kinderen.

* jampotjes beplakken met rood en geel vliegerpapier voor waxinelichtjes op het altaar, met Alix
* gelukssymbolen spatten met verf op katoenen lapjes, met Regien
* offerschalen opmaken met noten, vruchten, crackers en andere "verantwoorde" heerlijkheden (het weekend was goeddeels suikervrij), onder leiding van Koosje.

De ouders hadden inmiddels op de slaapzalen alle sokjes weer bij elkaar gezocht, knuffels in de juiste weekendtassen gepropt en tandenborstels geïdentificeerd (veel kinderen ruimden zelf al op!) en geleidelijk ging het kinderweekend over in de goeroe poedja, opgeluisterd door een aantal mensen die voor de thuiskomst van Geshe-la waren gekomen. Vóór het begin van de puja lieten alle kinderen nog eens aan de "grote mensen" horen welke mantra's we allemaal geleerd hadden. Daarna werd het voor de meesten wel even een lange zit - of liever gezegd, geen zit, want er werd lustig in- en uitgerend... Totdat het moment van uitdelen van de offergaven was aangebroken. Eendrachtig sjouwden kinderen en ouders met de schalen tussen de rijen kussentjes en stoelen door om genereus zakjes en bordjes vol te stapelen met tsog. Vooral de biologische muesli, die met handenvol werd uitgestrooid, zorgde voor vrolijkheid.

Met de afsluiting van de poedja kwam ook aan het eerste kinderweekend een eind. Veelal uitgeput, maar intens tevreden werden de kinderen door hun eigen ouders teruggevonden en meegenomen naar huis, met een koffer vol verhalen, mantra's en muesli.

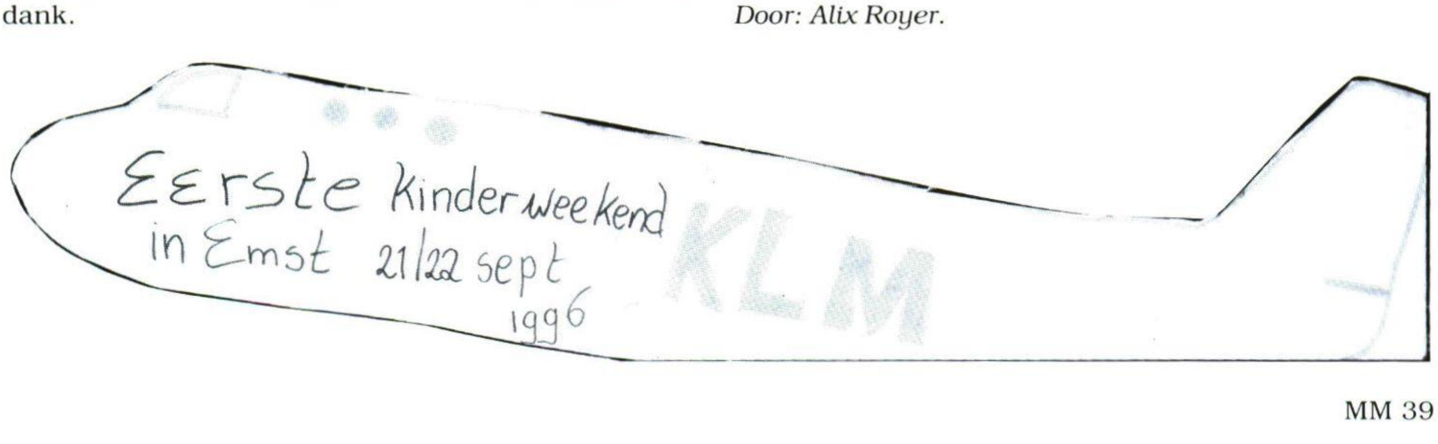
We zijn de achterblijvers - het ontvangstcomité voor Geshe-la - bijzonder dankbaar dat zij de onwaarschijnlijke bende hebben opgeruimd die we in nauwelijks meer dan 24 uur hadden weten te scheppen. Ook alle ouders die het hele weekend hebben meegemaakt en de handen uit de mouwen hebben gestoken om te helpen met van alles en nog wat - variërend van het smeren van 60 boterhammen tot handoplegging om astma-aanvallen te bezweren en alles wat daar tussenin zit - verdienen dank, veel dank.



Terugkijkend kunnen we, zoals de titel al suggereert, zeggen dat het een geslaagd experiment was, dat zeker om herhaling vraagt, zij het op basis van de lessen die we nu geleerd hebben. Om één en ander wat beter te kunnen coördineren en het programma nog beter af te kunnen stemmen op de wensen van de kinderen, lijkt het raadzaam om de leeftijdsgrenzen wat strakker te stellen. Daarom zijn we nu alweer bezig met het nadenken over een tweede kinderweekend, dat we in het voorjaar van 1997 hopen te kunnen aanbieden voor kinderen van 4-8 jaar (meer hierover elders in dit magazine). In het najaar streven we dan naar een weekend voor kinderen van 8-12 jaar. Goede ideeën - al dan niet gebaseerd op de ervaringen van dit eerste weekend - of aanbiedingen om mee te helpen zijn bijzonder welkom bij Sander of Alix. We zijn blij een vorm gevonden te hebben om de Dharma ook een beetje met onze kinderen te kunnen delen, en daarbij gebruik te mogen maken van de heerlijke plek die Emst is.

Namens "het kinderteam" (Herman Homan, Regien van den Hout, Koosje van der Kolk, Alix Royer, Sander en Sandra Tideman).

Door: Alix Royer.



VERHALEN UIT DE SOETRA'S

DE DEVAPUTRA GANGADHARA

Aldus heb ik vernomen. De Verlichte verbleef in het Bamboebos van de Kalandaka vogel. In die tijd leefde er in dat land een welgestelde prins, die geen zoon had. Aan de oevers van de Ganges bevond zich een heiligdom van een deva dat Manibhadra werd genoemd en ten einde een zoon te krijgen, ging de prins daar naartoe, bad, en bood offergaven aan. De prins ging naar dit heiligdom en bad:
"Oh, Deva, ik heb gehoord dat uw krachten oneindig zijn. Deva, u die een beschermer bent voor allen, ik ben zonder zoon en bid u mij er een te geven. Als het zo is, dat u de wensen van anderen vervult, vervul dan de mijne, smeek ik u. Als u zich verwaardigt mij een zoon te schenken, dan zal ik uw afbeelding met goud en zilver bedekken en uw verblijfplaats welriekend maken met wierook en heerlijke geuren, maar als u weigert, zal ik uw heiligdom verwoesten, uw afbeelding verbranden en het met vuiligheid besmeuren".

Toen de deva dit hoorde, dacht hij: "Deze prins is welgesteld en machtig en het zou niet goed voor hem zijn als hij een minderwaardige zoon zou krijgen. Mijn krachten zijn echter te zwak om zijn wens te vervullen, maar als ik tekort schiet, zal er zeker kwaad voorvallen".
Daarop ging de deva naar Vaisravana, de Richtings-beschermer bewaker van het noorden, en vertelde wat er was gebeurd. Vaisravana dacht: "Ik kan ook geen zoon maken," en ging op zijn beurt naar Indra en zei: "Oh, Indra, mijn afgevaardigde Manibhadra heeft me verteld dat er in de stad Rajagriha een prins is, die eist een zoon te krijgen. Als hij de wens van de prins vervult, zal hij aan hem eerbied betuigen, zo niet, dan zal de prins zijn heiligdom vernietigen, iets dat hij met grote mate van zekerheid ten uitvoer zal brengen. Wilt u, Indra, Koning van de Goden, uzelf verwaardigen hem een zoon te geven?"
Indra antwoordde: "Dit zijn moeilijke dingen. Er is op dit moment echter een mogelijkheid". Op dat zelfde moment werd een devaputra gescheiden van de begeerten en geneugten van de goden en naderde de dood. Indra zei tegen hem: "Zoon, jij zal worden wedergeboren in Rajagriha als de zoon van een prins".
De devaputra zei: "Ik wens een monnik te worden en de Verheven Dharma te volgen. Als ik in een hoge kaste wordt wedergeboren zal dit moeilijk uitvoerbaar zijn. Het zou gemakkelijker gaan, als ik in een lage kaste geboren word".
Indra zei:"Je hebt geen keuze, je moet geboren worden als de zoon van de prins. Maar als je een monnik wenst te worden, zal ik me over je ontfermen".

De devaputra stierf en ging de baarmoeder binnen van de vrouw van de prins. Toen haar dagen waren volbracht, werd een knappe, aantrekkelijke zoon geboren, die onmiddellijk naar de waarzegger werd gebracht, die vroeg: "Wat waren de omstandigheden voor de geboorte van het kind?" De vader legde uit dat hij de deva van de oevers van de Ganges had verzocht om een zoon, waarop de waarzegger zei: "De naam van het kind zal Gangadhara zijn".

Toen de jongen meerderjarig werd vroeg hij zijn ouders toestemming om een monnik te worden. Zij vertelden hem: "Wij zijn ontzettend rijk en ons geslacht telt vele generaties en jij bent onze enige zoon. Als jij ons verlaat, wat moeten wij dan doen?"
Terneergeslagen door de weigering van zijn ouders dacht de jongen: "Als ik dit waardeloze lichaam vernietig en in een lage kaste wedergeboren wordt, zal het gemakkelijk zijn om monnik te worden". Terwijl hij in het geheim zijn huis verliet, klom hij op een hoge rots en gooide zichzelf naar beneden, maar werd op geen enkele manier gewond. Daarna ging hij naar de oevers van een grote rivier en sprong in de stroom, maar verdronk niet en dreef terug naar de kant. Vervolgens nam hij vergif in, maar stierf niet. Toen bedacht hij: "Als ik 's konings wetten overtreed, zal de koning mij zeker executeren". Terwijl hij wachtte tot de koningin en de prinses naar het park kwamen om zich te baden, ging hij het park binnen, en ging er vandoor met hun kleren en juwelen, die ze aan een boom hadden opgehangen.

De poortwachter nam hem gevangen en bracht hem naar Koning Ajatasatru, en toen hij hem had uitgelegd wat was voorgevallen, werd de koning ziedend van woede. Hij pakte zijn pijl en boog en schoot op de jongen, maar de pijlen misten hun doel en kwamen terug bij de koning. Toen dit drie keer achtereenvolgens gebeurde, werd de koning bang, smeet zijn pijlen neer en vroeg: "Jongen, wat ben jij; een deva, een naga, een preta, een yaksha, een raksha, of iets dergelijks? Wie ben jij?"
De jongen antwoordde: "Uwe Majesteit, ik heb een verzoek. Wilt u alstublieft naar mij luisteren, dan zal ik het u vertellen." De koning zei: "Vertel me je verzoek". De jongen zei: "Uwe Majesteit, ik ben geen deva en geen naga. Ik ben de zoon van een grote prins van Rajagriha. Toen ik mijn ouders vertelde dat ik een monnik wenste te worden, waren ze het daar niet mee eens en ik probeer nu mijn lichaam te vernietigen en een andere geboorte te verkrijgen. Ik sprong van een grote rots,

probeerde mezelf te verdrinken, en nam vergif, maar sterven deed ik niet. Ik dacht daarna dat als ik 's konings wetten zou overtreden, ik zeker geëxecuteerd zou worden, daarom stal ik de juwelen van de koningin en werd gepakt door de poortwachter. Maar toen Uwe Majesteit mij probeerde neer te schieten, ging ik nog steeds niet dood. Oh, Koning, sta mij vanuit uw grote mededogen toe om monnik te worden".

De koning gaf zijn toestemming, nam de jongen mee naar de Boeddha en legde uit wat er was voorgevallen. De Boeddha stond de jongen toe monnik te worden, waarop hij de religieuze monniksgewaden aantrok, en werd gewijd. Toen de Boeddha hem de Dharma onderwees, werd zijn geest bevrijd en werd hij een arhat begiftigd met de drie wetenschappen, de zes krachten en de acht vrijheden.

Hierop vroeg Koning Ajatasatru de Boeddha: "Heer, welke goede daden heeft deze jonge man in zijn vorige levens gedaan, waardoor hij niet dood ging, terwijl hij zichzelf van een hoge rots wierp, niet verdronk, terwijl hij in de rivier sprong, niet stierf toen hij vergif innam, en niet werd geraakt terwijl er op hem werd geschoten? Nu heeft hij de Boeddha ontmoet en heeft zichzelf bevrijd van het cyclische bestaan. Wat is hiervoor de reden?"

De Boeddha sprak: "Ontelbare eonen geleden, in het land van Benares, was er een koning die Brahmadatta werd genoemd. Op een keer ging de koning met zijn vrouw en zijn gehele gevolg naar een park. Terwijl ze zich aan het amuseren waren, begon iemand buiten het park op een luide, onplezierige manier te schreeuwen. Toen de koning dit hoorde werd hij woedend en beval dat de man geëxecuteerd moest worden. Terwijl de man werd vastgebonden, arriveerde een minister. Toen deze zag dat de man geketend was, vroeg hij wat voor misdaad de man had begaan, en toen het hem werd verteld, zei de minister dat hij de koning wilde spreken. Terwijl hij voor de koning stond, zei hij: "Uwe Majesteit, deze man heeft geen grote misdaad begaan. Er zijn ergere vergrijpen dan met een luide stem te schreeuwen. Spaar zijn leven en laat mij hem hebben". De koning gaf zijn beulen het bevel om het leven van de man te sparen en hem los te maken, waarna de man de slaaf werd van de minister.

Vele jaren later bedacht de man: "Lang geleden overkwam mij dit kwaad, omdat ik opgewonden was en schreeuwde, maar het is een fout om er gehecht aan te zijn". Daarop verzocht hij de minister hem toe te staan monnik te worden en het Pad van Bevrijding

te betreden. De minister zei tot hem: "Als je werkelijk het Pad van Bevrijding wilt binnengaan, zal ik je het niet beletten. Als je eenmaal monnik bent geworden, laat me dan wat van je horen".

De man trok zich terug in een afgelegen hermitage en werd een Pratyeka-boeddha, door middel van correct denken en inspanning. Hij keerde terug naar de stad en ging op bezoek bij de minister die enorm verheugd was toen hij hem zag, waarop hij hem aalmoezen offerde en de vier benodigdheden. Onmiddellijk steeg de Pratyeka-boeddha omhoog de hemel in, bleef daar zweven en vertoonde de achttien soorten wonderbaarlijke krachten, zoals het laten stromen van water, het laten uiteenspatten van vlammen en het laten verschijnen van felle lichten. Terwijl de minister dit zag werd hij vervuld van vreugde en dacht: "Vanwege mijn positieve daad heeft mijn ondergeschikte dit bereikt. Mag er waar ik dan ook geboren zal worden, positieve verdienste zijn. Mag ik in een edele kaste geboren worden en een lang leven verkrijgen, en mogen mijn verdiensten en wijsheid gelijk zijn aan die van deze man".

Toen zei de Boeddha tot de koning: "Uwe Majesteit, deze jongen was de minister die toen het leven van deze man redde en vele positieve verdiensten verkreeg. Vanwege deze verdiensten zal hij waar hij ook wedergeboren wordt, zonder obstakels zijn. En nu heeft hij mij ontmoet."

Toen de Verlichte aldus had gesproken, verheugden zich allen die in dat gezelschap aanwezig waren en hadden vertrouwen.

Uit: 'The Sutra of the Wise and the Foolish'
Vertaling: Wim Mual.

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE

Jan Paul Kool

Aankomst Lama Zopa Rinpochee 11-'96.

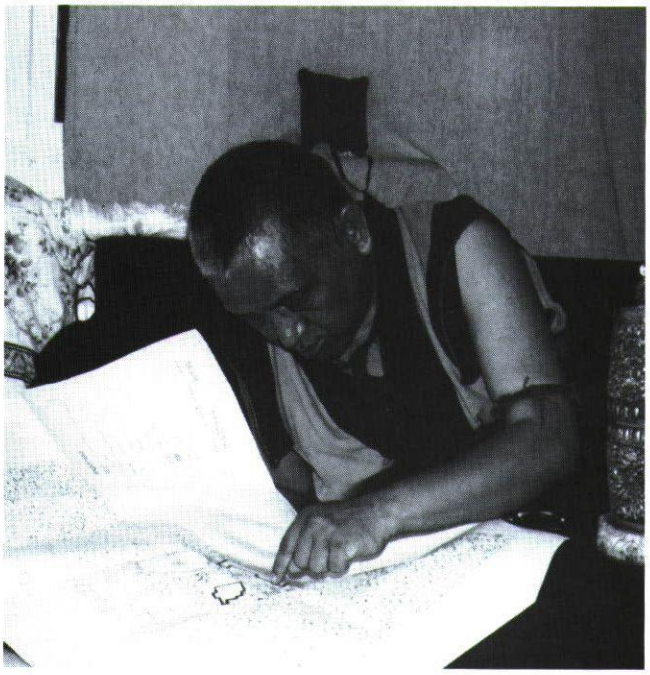
Het najaarprogramma bestond evenals het zomerseizoen uit een aaneenschakeling van hoogtepunten. Zo was er de verheugende terugkeer uit India van Geshe Sonam Gyaltsen waar hij met succes zijn laatste afsluitende examens heeft afgerond. Bij terugkomst deelde Geshe-la ons mede dat hij de positieve energie die hiermee is opgewekt heeft toe gewijd aan het succes van zijn onderricht op het Maitreya Instituut in Nederland. Het effect hiervan was onmiddellijk te merken; hij is met ongekende inspiratie aan het nieuwe semester van het cursusprogramma begonnen, dat maandelijks door meer dan honderdvijftig mensen wordt gevolgd. Zijn lessen worden zo goed bezocht, dat we ons serieus moeten gaan richten op het bijbouwen van nieuwe slaap- en retraitevertrekken.

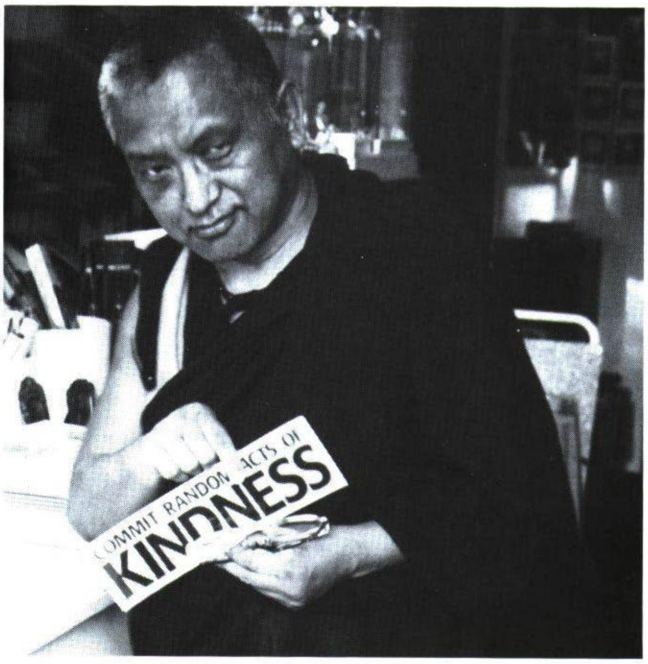
Een andere verheugende ontwikkeling was het kinderweekend, waarvan elders in dit Magazine verslag wordt gedaan. Het kinderweekend zal herhaald worden in het voorjaar. Deze activiteiten sluiten geheel aan bij de wens van wijlen Lama Yeshe om een 'universeel educatie' programma op te zetten, waarin beginselen van spiritualiteit, creativiteit en sociale verantwoordelijkheid centraal staan.

Ook vermeldenswaardig is dat vier van onze bestuur- en comité leden (Thirza Happé, Paula de Wijs, Alex de Haan en ondergetekende) deelnamen aan de gecombineerde FPMT Education Conference en FPMT Centre Directors Conference in Londen. Wij deden daar in het gezelschap van 60 andere vertegenwoordigers van het FPMT netwerk veel inspiratie op. Ook was Olga Preece -Planken, die enige tijd spiritueel programma coördinator van het Instituut was, bij de vergaderingen aanwezig. Door de grote hoeveelheid van voordrachten en workshops is het bijna onmogelijk hierover getrouw verslag te doen. De onderwerpen liepen uiteen van boeddhistische psychotherapie en councelling tot marketing, en van lessen van Lama Zopa Rinpochee tot lidmaatschapsgelden en abonnementen op het Mandala Magazine.

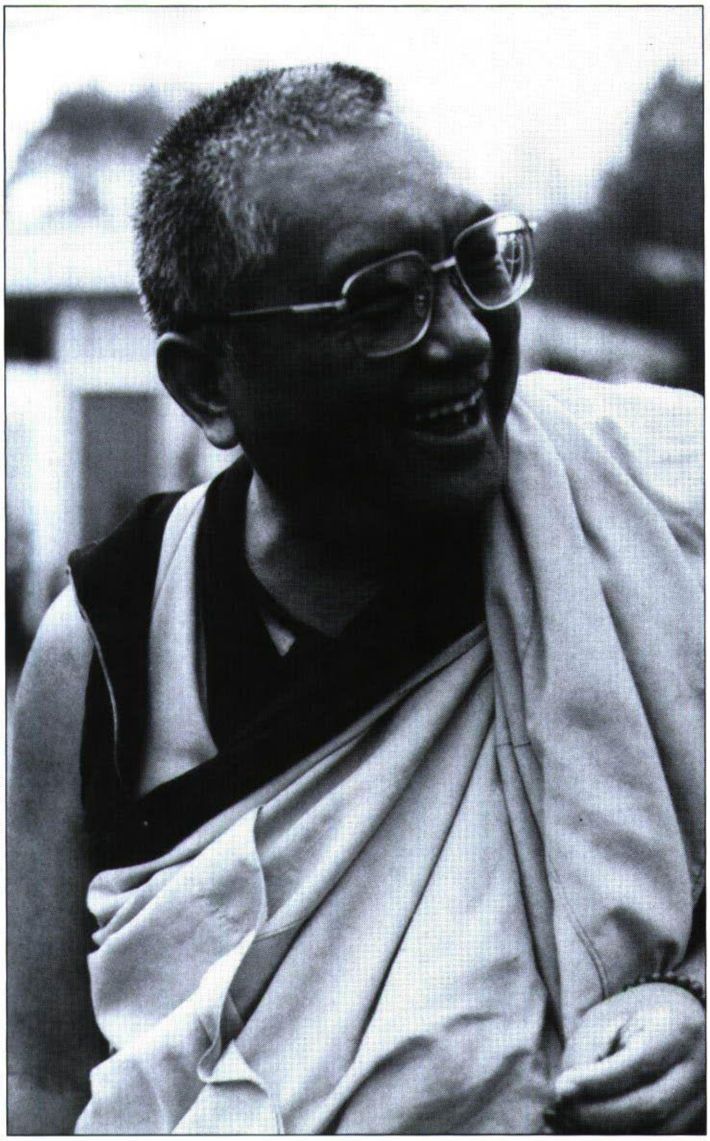
Ongetwijfeld het belangrijkste evenement van de afgelopen maanden vormde het bezoek van Lama Zopa Rinpochee, de spirituele leider van de FPMT en het Maitreya Instituut. Ondanks de korte voorbereidingstijd (drie weken) waren meer dan 200 mensen bijeen om de lessen en initiaties op zondag 17 november bij te wonen. De organisatie verliep vlekkeloos. Dit was niet zozeer de verdienste van het bestuur en comité alswel van de vele onvolprezen vrijwilligers, die dagenlang en bergen werk verzetten en zonder terughoudendheid hun tijd en energie aan het centrum hebben gegeven. De lessen van Rinpochee waren als altijd bijzonder direct en opbeurend. Hij wist ons, gewone stervelingen, heel snel duidelijk te maken waar het in wezen om gaat:

Jan Paul Kool





Lama Zopa Rinpochee bij M.I. in Emst.


Jan Paul Kool

"een warm hart op weg naar de volledige verlichting ten behoeve van alle voelende wezens". Zoals gewoonlijk liep het programma af en toe wat uit. Bij de mondelinge transmissie van de Hartsoetra, zo rond de tijd dat we normaal gesproken ons avondeten nuttigen, voegde Rinpochee aan de woorden "no eye, no ear, no nose", de woorden "no food, no sleep" toe. Onmiddellijk na deze humoristische wending volgde een praktische noot: men mag in de dagelijkse recitatie van de Hartsoetra de woorden "no problems" invoegen, waarbij we dan even stil staan bij de werkelijke natuur van de vele problemen die ons altijd in de weg staan. Alle problemen zijn "leeg van inherent bestaan". In deze context zei Rinpochee "if you do this practice correctly, the more problems you have, the more wisdom you develop".
Hoewel we hadden gerekend op slechts deze ene dag van onderricht, werden we maandag beloond met een fantastische afsluiting. Een twee uur durende langleven poedja onder leiding van Geshe-la werd gevolgd door een 'dierenbevrijdingsceremonie'. Alvorens Rinpochee allerlei mantra's en gebeden uitsprak over de palingen, torren en wormen die wij van de palingrokerij en visserij hadden gered, gaf hij een prachtige les over de positieve effecten van deze ceremonie. De gezegende beesten werden zevenmaal rondom ons Instituut geleid, waarna zij later op de dag werden bevrijd. De palingen vonden o.l.v. Geshe-la hun nieuwe woonplaats in het IJsselmeer en de kevers en wormen zijn door studenten uitgezet in verschillende bossen van Nederland.
Op de zaterdag voor de les hadden het bestuur en comité een lange vergadering met Rinpochee, waarbij alle belangrijke kwesties die ons Instituut raken aan bod zijn gekomen. Zo kregen we duidelijke instructies over het bouwen van het gebedswiel, een stoepa en extra slaapruimte, over de pelgrimstocht naar India volgend jaar, over het studieprogramma en over de bewonersgemeenschap. Ook wordt er nu serieus gedacht over het opzetten van een stadscentrum in Amsterdam. Tevens heeft Rinpochee ons plan om Zijne Heiligheid de Dalai Lama uit te nodigen sterk aangemoedigd.
Het Maitreya Instituut kreeg zijn complimenten; zo hebben wij een "voorbeeldig" studieprogramma en onze boekwinkel is "waarschijnlijk de beste van alle FPMT centra". Roger Kunsang, de assistent van Rinpochee, gaf ons vele praktische adviezen waarmee wij voorlopig uit de voeten kunnen. Vele nieuwe plannen zijn geboren, er moet nu veel worden aangepakt.
Als voorzitter had ik het genoegen gedurende de vier dagen van Rinpochee's verblijf vele uren in zijn nabijheid te zijn. Het is moeilijk te beschrijven wat er dan met je gebeurt. Enerzijds voelde ik mij voortdurend 'beschermd' in zijn gezelschap, een gevoel van vertrouwen en geborgenheid. Anderzijds was ik constant op een hoger niveau van concentratie en met name van inspiratie. Rinpochee creëert als het ware een energieveld om zich heen van waaruit constante inspiratie kan worden geput. Het resultaat is dat je de wereld duidelijker en mooier ervaart dan gebruikelijk. Alsof je de wereld door een Dharma-bril beter ziet. Beter gezegd, alsof je de donkere bril - die voortdurend obstakels en problemen accentueert - eindelijk hebt afgezet.
Nu rest de taak deze inspiratie voort te zetten in het dagelijks handelen, want er is enorm veel te doen. Zoals Roger zei: "Maitreya Instituut heeft een overweldigend potentieel". Ik hoop dat al onze leden en lezers zodanig door onze leraren en de Dharma geïnspireerd zijn, dat zij blijven bijdragen aan het verwezenlijken van dit potentieel.

Door Sander Tideman, voorzitter.

TIBETNIEUWS

DALAI LAMA ONTMOET NELSON MANDELA

Tijdens een bezoek aan Zuid-Afrika eind augustus heeft de Dalai Lama een bezoek gebracht aan Aartsbisschop Desmond Tutu, F.W. de Klerk, Walter Sisulu en Nelson Mandela. Deze laatste ontmoeting was zeer warm en vriendelijk; na gesprekken in het kantoor van Mandela, het 'Tuynhuys', liepen zij hand in hand de pers tegemoet.
Mandela: "Het is een grote eer voor ons Zuid-Afrikanen om Zijne Heiligheid te mogen ontvangen. Zijn toewijding aan de waarden waarnaar elk goed mens streeft is wereldwijd bekend. Hij staat voor vrede, voor rechtvaardigheid en voor alle eigenschappen die het leven de moeite waard maken. Hij komt naar ons land op een heel kritiek moment, waarop wij een geweldloze en vredige transformatie tot stand proberen te brengen. Ik weet zeker dat Zijne Heiligheid zal bijdragen tot het creëren van de juiste sfeer waarin wij zullen slagen al onze problemen op te lossen".

Op zijn buurt zei de Dalai Lama over Mandela: "Er zijn miljoenen mensen die deze man bewonderen. Ik ben daar één van. Ik geloof dat President Mandela een heel goed voorbeeld is. In het verleden was Mahatma Gandhi een goed voorbeeld voor de mensheid en u bent zijn opvolger. Ik hoop dat uw hard werk succesvol zal zijn en dat niet slechts de mensen in dit land, maar alle mensen in de wereld er baat bij zullen hebben. Onze volgende eeuw moet een eeuw van dialoog, niet van oorlog of bloedvergieten zijn. De beste manier om conflicten tussen landen, buren, of mensen op te lossen is door geweldloosheid, door dialoog."

Daarna liepen de twee weer hand in hand verder door de tuinen, naar een groep schoolkinderen en dan terug naar het historische gebouw. Maar niet alleen hoogwaardigheidsbekleders werden vereerd met de aanwezigheid van Zijne Heiligheid. Na een kort bezoek aan Mandela's grote vriend en begeleider Walter Sisulu, die nog steeds in een eenvoudig huisje in Soweto woont, vroeg Zijne Heiligheid of er een mogelijkheid was om de gewone bevolking van Zuid-Afrika te ontmoeten. Daarom stapte het gezelschap uit de auto's en begon een wandeling door de straten van Soweto, Zijne Heiligheid voorop. Hij sprak op straat spelende kinderen aan, die weliswaar niet goed wisten wie hij was, maar warm reageerden op zijn glimlach. Na enige tijd vonden ze een huisje waarvan de bewoners wisten wie de Dalai Lama was. Ze nodigden hem uit om binnen te komen. Daarop volgde een intensief gesprek van drie kwartier over zaken als werkelijke gelijkheid van menselijk potentieel, het zelfvertrouwen dat zo essentieel is voor de heilzame ontwikkeling van een samenleving en de betekenis van een nieuw begrip voor de Dalai Lama: Ubuntu, het Xhosa-woord voor menselijkheid. Ubuntu, waarvan Zijne Heiligheid een levend voorbeeld werd genoemd, staat voor de kwaliteiten die de leden van een samenleving dienen te ontplooien, zoals het zonder aarzelen delen wat je hebt met anderen uit de gemeenschap en zorgen voor het welzijn van het geheel.

Een van de bewoners van het kleine huisje vertelde Z.H. dat zij als Afrikanen niet geloofden dat ze dezelfde vermogens hadden om in Zuid-Afrika te slagen als witte mensen. Daarop vroeg Z.H. de jongeman of hij geloofde dat er inherent verschil was tussen zijn geest en die van de gemiddelde blanke. Hij antwoordde dat zij het zelfvertrouwen misten om zo krachtig te handelen. Toen sprak Zijne Heiligheid over het gelijke potentieel dat alle mensen hebben en over zelfvertrouwen. Aan het eind van het gesprek zei de man, die heel oplettend naar de woorden van Zijne Heiligheid had geluisterd: "Nu denk ik er anders over." Zijne Heiligheid merkte hierover later op, dat hij tranen in de ogen van de jonge man gezien had.
Later die dag refereerde Zijne Heiligheid herhaaldelijk aan deze spontane ontmoeting. Hij was buitengewoon blij dat hij gewone Zuid-Afrikanen gesproken had en 'eerlijke, onomwonden' antwoorden had gekregen. In de reactie van de jongeman zei hij duidelijk een belofte voor verandering te hebben gezien.
Het bezoek van Zijne Heiligheid was kort en vol, maar een verrijking voor allen die hem hebben mogen ontmoeten, aldus Guy Lieberman, de Zuid-Afrikaanse journalist van wiens verslag het bovenstaande een bewerking is.

VASTENACTIE VOOR PANCHEN LAMA EN WEI JINGSHENG

Op 2 oktober jl. namen meer dan 1.400 mensen wereldwijd deel aan een eendaagse vastenactie georganiseerd door de Radical Party. De actie was bedoeld om de aandacht te vestigen op de situatie van zowel de zevenjarige Panchen Lama als de Chinese dissident Wei Jingsheng en hun vrijheid te vragen. Beide worden gevangen gehouden door de regering van de Volks Republiek China. De Panchen Lama is waarschijnlijk de jongste politieke gevangene ter wereld.

Door: Paula de Wijs-Koolkin en Alix Royer.

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

JANUARI T/M APRIL 1997

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

Januari

vr.	3 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
do.	9 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
vr.	17 (8)	Wassende maan Tara Offerande
zo.	19 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	24 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften

Februari

zo.	2 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	7 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
za.	8 (1)	Lo Sar, Tibetaans nieuwjaar
vr.	14 (8)	Wassende maan Tara Offerande
zo.	16 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
za.	22 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften

Maart

di.	4 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
za.	8 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
ma.	10 ( )	Herdenking van de opstand tegen de Chinese bezetters
zo.	16 (8)	Wassende maan Tara Offerande
di.	18 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	25 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften

April

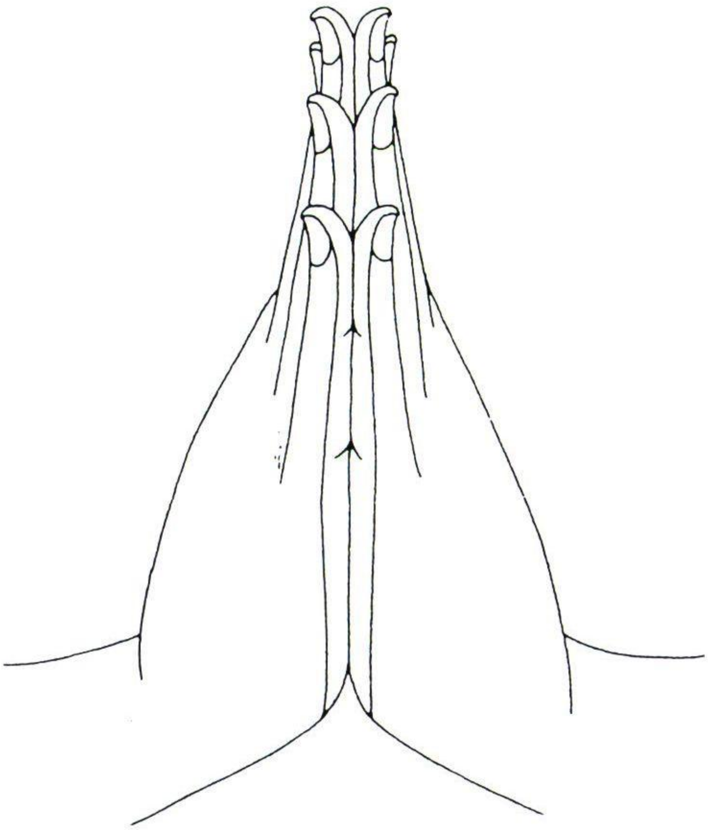
vr.	4 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
ma.	7 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha

Als u de nacht na afloop van een gebedsdienst of de nacht voorafgaande aan de dag van het nemen van de Acht Mahayana Voorschriften in het Maitreya Instituut wilt overnachten, hoeft u alleen de kosten van evt. maaltijden en 's winters een bijdrage aan de stookkosten te betalen. Wel dient u steeds contact op te nemen i.v.m. de wisselende aanvangstijden van de gebedsdiensten en van de Acht Mahayana Voorschriften.

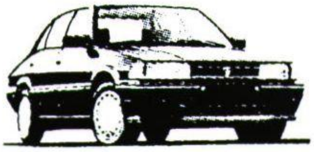
BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN 1997

za. 8 februari:	Tibetaans nieuwjaar (Lo Sar) met feestelijkheden op het Maitreya Instituut.
ma. 10 maart:	Herdenking van de opstand in 1959 tegen de Chinese bezetters.

NB: IN DE MAAND JANUARI ONTVANGT HET MAITREYA INSTITUUT GEEN BEZOEKERS.



CURSUSINFORMATIE



Per auto bereikt u ons centrum, gelegen aan de Heemhoeveweg 2 (of Laarstraat 27) te Emst:
Vanuit Amersfoort de A 28 richting Zwolle. Afslag Epe/Nunspeet richting Epe. Vlak voor Epe zijn stoplichten. Ga rechtsaf richting Emst. Na een paar honderd meter weer rechtsaf, net voor het Chinese restaurant 'De Lange Muur' de Laarstraat in. Na ongeveer één kilometer schuin linksaf de zandweg in. Dit is de Heemhoeveweg. Inrit en parkeerplaatsen rechts. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.
Vanaf de A 50 afslag Epe/Nunspeet. Bij de stoplichten linksaf richting Emst. etc.

Per bus nr. 124 vanaf NS station Apeldoorn of Zwolle is het Maitreya Instituut te bereiken als u uitstapt bij de halte Laarstraat, tussen de dorpen Emst en Epe. Daar is een Chinees restaurant 'De Lange Muur', waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets kunt drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij dit restaurant. U kunt ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat in te gaan tot na ongeveer één kilometer schuin links een zandweg begint. Dit is de Heemhoeveweg. Voorbij het weiland ligt nu aan uw rechterhand het Maitreya Instituut.

Elke cursist wordt verzocht pantoffels of slippers mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor F 5,- per keer. U kunt ze natuurlijk ook zelf meenemen. Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald. Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aangeboden. U dient wel lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Indien uw financiële situatie dit noodzakelijk maakt, kunt u vooraf verzoeken om korting.

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Iedereen dient zich op het cursusterrein te houden aan 5 voorschriften. Deze zijn: 1. niet doden, 2. niet nemen wat niet is gegeven, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of anderszins bedwelmende middelen gebruiken. De vegetarische maaltijden worden verzorgd door professionele koks.

AANMELDING EN BETALING CONTRIBUTIE
Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 9.00-16.00 uur, elke dag behalve op zaterdag.
Uw contributie wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op Postbankrekening 6901668 of I.N.G. Bank Epe op rekening 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de **cursusdatum.**
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE
Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag naar onze folder.

PROGRAMMA NAJAAR 1997

WIJSHEID volgens SHANTIDEVA'S 'HET ONDERNEMEN VAN DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S' (Bodhisattvacaryavatara).

Bodhisattva's zijn degenen die, gemotiveerd door mededogen en liefde voor het heil en welzijn van alle voelende wezens, het boeddhaschap willen bereiken. Hun motivatie noemen we de verlichtingsgeest. Deze bodhisattva's trainen zich in de vervolmaking van hun eigen kwaliteiten middels de beoefening van de zes perfecties. De tien hoofdstukken van de basistekst van Acharya Shantideva beschrijven de training in deze zes beoefeningen van perfectie. Inmiddels zijn de eerste vijf perfecties uitgebreid toegelicht. In **de periode oktober 1996 tot en met maart 1997** wordt het ontwikkelen van wijsheid uitgelegd door onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen. De presentatie zal zich toespitsen op de verschillende scholen van boeddhistische filosofie, omdat Shantideva in zijn tekst het standpunt van de Prasangika Madhyamika presenteert in de vorm van een debat met de andere filosofische scholen. Geshela zal daarom naast de tekst ook de verschillende filosofische scholen introduceren en op een voor ons allemaal begrijpelijke wijze toegankelijk maken. Deze cursus loopt langer door dan oorspronkelijk was gepland, omdat Geshela in zijn presentatie bijzonder grondig en uitgebreid te werk gaat.

Vanwege de filosofische inhoud van dit hoofdstuk vormt dit onderricht het meer gevorderde programma van het Maitreya Instituut. Als blok echter staat het open voor iedereen, beginners en gevorderden.

DATA:
14 t/m 16 februari 1997
14 t/m 16 maart 1997.

PRAKTISCH BOEDDHISTISCH ONDERRICHT

Parallel aan dit onderwerp onderwijst onze vaste leraar de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen vanaf februari 1997 maandelijks instructies voor de praktijk van het boeddhisme speciaal voor degenen die niet als kloosterling buiten de maatschappij, maar als leek juist middenin de maatschappij leven. Geshela gebruikt als basis voor zijn presentatie een tekst van de hand van de grote Indiase yogi en wijsgeer Arya Nagarjuna: 'Een Brief Aan Een Vriend' (Sanskriet.: Suhrllekha), waarin hij Koning Gautamiputra diverse adviezen aanreikt. U zult merken dat deze adviezen, zeker in combinatie met de interpretatie daarvan door onze eerwaarde leraar, direct praktisch bruikbaar zijn. Deze cursus verschaft een degelijk inzicht in de theorie en praktijk van het Tibetaans boeddhisme. De cursus is zeer geschikt voor mensen die nog weinig kennis van het boeddhisme hebben, maar ook voor hen die een praktische aanvulling wensen bij de theorie die al verzameld was.

U kunt zich ook gerust opgeven voor één of meer losse cursusweekenden. Zo is het volgen van een van deze weekenden een uitstekende manier om kennis te maken met de boeddhistische leer in het algemeen en het Maitreya Instituut en haar vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen in het bijzonder.

DATA:
28 februari t/m 2 maart
28 t/m 30 maart
25 t/m 27 april
23 t/m 25 mei
20 t/m 22 juni.

ABHISAMAYA ALANKARA
(Tib.: Ngon tog gyan / mngon rtogs rgyan)
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
door BOEDDHA MAITREYA en ARYA ASANGA

Dit nieuwe onderdeel van het studieprogramma zal van start gaan na afsluiting van het blok over wijsheid. In eerste instantie onderwijst de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen het eerste hoofdstuk van deze tekst die door Boeddha Maitreya werd onderwezen en door Arya Asanga werd opgeschreven. In dit hoofdstuk komen belangrijke boeddhistische principes aan de orde zoals:

1. Het ontwikkelen van de verlichtingsgeest, de 2 niveaus van realiteit, de 4 edele waarheden, de Drie Juwelen van Toevlucht en de verschillende realisaties van de Sangha.
2. Diverse adviezen voor de training.
3. Het Mahayana Pad van Voorbereiden.
4. Het boeddha-potentieel.
5. Het doel van het Mahayana.
6. Het bereik van het Mahayana.
7. Het aantrekken van het bodhisattva harnas.
8. Het ondernemen van de beoefeningen voor bodhisattva's.
9. Het verzamelen van verdienste.
10. Het ontwikkelen van de drang naar bevrijding.

De Abhisamayalankara is een van de vijf belangrijkste teksten, welke aan de grote Klooster Universiteiten van de Gelukpa orde worden bestudeerd. De verschillende onderwerpen worden bezien vanuit het filosofisch standpunt van de Svatantrika Madhyamika School. Geshela zal voor zijn presen-

tatie behalve de basis-tekst vooral het commentaar van Lobpon Senge Zangpo gebruiken. Dit studieprogramma onderdeel zal waarschijnlijk anderhalf jaar duren. Deze cursus loopt de eerste tijd parallel aan de cursus 'Een Brief Aan Een Vriend' en is vanwege het hogere filosofische gehalte vooral bedoeld voor gevorderde studenten.

DATA:
11 t/m 13 april
9 t/m 11 mei
6 t/m 8 juni.
Etc.

31 januari t/m 3 februari
LAM RIM RETRAITE
O.l.v. eerwaarde TENZIN KELZANG.
Voertaal: Nederlands.

De Lam Rim winter retraite die meestal rond de kerst werd gehouden, bieden wij u deze keer eind januari aan. De retraite is bedoeld voor mensen die al uitgebreid Lam Rim onderricht ontvingen, door één of meer zomercursussen of een of meerdere semesters van het studieprogramma Lam Rim onderricht te hebben gevolgd. De retraite leidt tot verdieping van reeds verzamelde kennis en heeft om die reden niet het karakter van een studie-retraite. Het is gebleken dat een periode van intensieve meditatie, waarbij alle verschillende stadia van het pad naar de verlichting worden gecontempleerd, als zeer nuttig wordt ervaren. Het leidt tot inzicht in de structuur van het boeddhistisch pad en tot persoonlijke ervaring van de individuele onderdelen ervan.

KOSTEN: F 175,-
AANVANG: Vrijdagavond 31 januari om 18.00 uur.
EINDE: Maandagmiddag om 17.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

Zaterdag 8 februari
LO SAR, viering van het Tibetaanse nieuwjaar.
O.l.v. EERWAARDE GESHE SONAM GYALTSEN.

Degenen die zaterdagochtend aan de gebedsdienst wensen deel te nemen, zijn welkom (na tijdige telefonische aanmelding!) om in de loop van vrijdagavond naar het Instituut komen en daar te overnachten. Behalve het traditionele ontbijt zal ook de lunch gezamenlijk worden genuttigd en is het mogelijk persoonlijke nieuwjaarswensen aan de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen over te dragen.

KOSTEN: Geen, donaties welkom.
AANVANG: Aankomst in de loop van vrijdagavond, echter voor 21.00 uur.
EINDE: Na de lunch op zaterdagmiddag om 14.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

14 t/m 16 februari
WIJSHEID (4de weekend), volgens
'DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

In dit vierde weekend over de perfectie van wijsheid zal onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, zijn heldere uitleg van de voornaamste boeddhistische filosofische scholen en hun opvatting over de training in de wijsheid van zelfloosheid voortzetten. Geshela volgt hiertoe het negende hoofdstuk uit de tekst van Shantideva: 'Het Ondernemen van de Beoefeningen Voor Bodhisattva's'. Omdat dit hoofdstuk de vorm heeft van een debat tussen de Prasangika Madhyamika filosofie en de andere filosofische scholen, zal Geshela de uitgangspunten van de filosofie over de leegte (zelfloosheid) vanuit verschillende invalshoeken toelichten. De grondige verklaring van dit hoofdstuk door Geshela is er de oorzaak van dat dit blok van het studieprogramma een weekend langer zal duren dan oorspronkelijk werd gepland. Hiervoor onze excuses! Met de woorden van Geshela: kwaliteit is beter dan kwantiteit en grondigheid is beter dan snelheid...

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 14 februari om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

28 februari t/m 2 maart
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (1ste weekend).
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Na een korte introductie van de grote Indiase wijsgeer en yogi Arya Nagarjuna, (400 jaar na de Boeddha) zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen een verklaring geven van diens beroemde tekst 'Een Brief Aan Een Vriend'. In deze brief geeft Nagarjuna adviezen aan een bevriende koning. De tekst is beroemd geworden omdat Nagarjuna hierin adviezen geeft aan een koning die vol in het leven staat, terwijl veel van de oorspronkelijke boeddhistische instructies juist waren gericht aan kloosterlingen, die niet aan het maatschappelijk leven deelnemen. Deze instructies zijn dan ook bijzonder geschikt voor de leken-boeddhist die niet uit de maatschappij wil stappen, maar het boeddhisme juist in zijn/haar maatschappelijk leven wil integreren.
Tijdens dit eerste van een blok van vijf weekenden zullen instructies die voor leken en kloosterlingen gelden aan de orde komen, zoals het belang van toevlucht nemen tot de Boeddha, Dharma en Sangha, en de beoefening van vrijgevigheid en morele zelfdiscipline. Een korte beschrijving van de basis-ethiek van het boeddhisme omvat instructies voor het voorkomen van de tien schadelijke activiteiten en het trainen in de zes perfecties.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 28 februari om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

14 t/m 16 maart
WIJSHEID (5de weekend), volgens
'DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Dit is het laatste weekend over de perfectie van wijsheid, waarmee het programma onderdeel over de zes perfecties van de bodhisattva's, welke worden aangewend voor het trainen van de eigen geest ten behoeve van alle voelende wezens, wordt afgesloten.
In totaal duurde deze cursus 18 weekenden. Transcripten van deze cursus en/of onderdelen ervan zijn op bestelling leverbaar.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 14 maart om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

28 t/m 30 maart
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (2e weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

In het tweede hoofdstuk geeft Arya Nagarjuna zeer praktische adviezen speciaal voor leken-boeddhisten over de methoden voor het verminderen van gehechtheid en het maken van kritische keuzes over wat we onze zintuigen binnen laten en wat niet.
De vaste leraar van het Maitreya Instituut, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, zal de instructies die oorspronkelijk bedoeld waren voor een koning, verklaren op een wijze zodat deze aansluiten op de leefwereld van de moderne leken-boeddhist.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 28 maart om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

11 t/m 13 april
ABHISAMAYALANKARA
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het eerste van een serie weekenden over de beroemde tekst van Maitreya, de Abhisamayalankara. Onze eerwaarde leraar Geshe Sonam Gyaltsen zal in eerste instantie het eerste hoofdstuk onderwijzen van deze tekst, waarin dieper wordt ingegaan op basis-principes van het Mahayana boeddhisme, zoals het ontwikkelen van de verlichtingsgeest.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 11 april om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

25 t/m 27 april
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (3de weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen uitgebreid ingaan op de instructies waarmee we oorzaken creëren voor een goede wedergeboorte als mens op aarde of als wereldse goden en godinnen in hemelse sferen.
Daarna volgen de instructies voor het bereiken van de staat van blijvende bevrijding van de kringloop van het gebrekkige bestaan. Tenslotte biedt het derde hoofdstuk van Nagarjuna's tekst instructies voor een optimaal gebruik van het waardevolle mensenleven, in de hoop dat wij geen kostbare tijd verloren laten gaan.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 25 april om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

3 t/m 4 mei
KINDERWEEKEND (4 t/m 7 JAAR)
O.l.v. Herman Homan, Sander Tideman e.a.
Thema: PRINS SIDDHARTA

Als vervolg op het geslaagde eerste Maitreya-kinderweekend van september (zie het verslag elders in dit nummer) zal op 3 en 4 mei 1997 voor de tweede keer zo'n weekend georganiseerd worden. Kinderen van 4 tot en met 7 jaar zijn van harte welkom. Voor de 'grote kinderen' - van 8 t/m 12 jaar -wordt in het najaar een weekend georganiseerd.
Thema van dit weekend zal zijn: **Prins Siddharta, de jeugd van Sakyamoenie Boeddha.** Aan de hand van het leven van de jonge Indiase prins zullen we allerlei spannende, speelse en creatieve activiteiten ontplooien, waardoor de kinderen (nader) kennis kunnen maken met het Tibetaans boeddhisme. Het belooft weer een bruisend weekend te worden. De organisatie is in handen van Herman Homan, Sander Tideman, Nicolette van Baar, Ed Wierda en Alix Royer. Er kan een beperkt aantal ouders blijven, mits zij bereid zijn een taak in de leiding of ondersteuning op zich te nemen. Na aanmelding krijgt u een inschrijvingsformulier toegezonden.

KOSTEN: F 75,- per kind, (elk volgend kind uit een gezin F 10,- minder). Maximum aantal kinderen 20, wie het eerst komt, wie het eerst maalt.
AANVANG: Zaterdag 3 mei om 12.00 uur
EINDE: Zondagmiddag 4 mei om 14.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

9 t/m 11 mei
ABHISAMAYALANKARA (2de weekend).
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het tweede weekend over deze belangrijke Mahayana tekst, waarin behalve een groot aantal basisprincipes van het boeddhistisch pad, vooral ook de onderdelen van het Mahayana pad onder de loep worden genomen, zoals de verlichtingsgeest, de twee niveaus van realiteit, de vier edele waarheden.
Deze cursus is speciaal voor gevorderde studenten.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 9 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

16 t/m 18 mei
BEGINNERS MEDITATIE CURSUS
O.l.v. OUDERE STUDENTEN.
Voertaal: Nederlands.

Meditatie is vereist om de geest in positieve zin te transformeren. Meditatie is meer dan het kalmeren van de geest. Zonder meditatie is werkelijke geestelijke groei onmogelijk. Het Tibetaans boeddhisme heeft een breed scala van meditatiemethoden ontwikkeld. Sommige meditatietechnieken werken op basis van analyse of contemplatie, andere op basis van concentratie, visualisatie of mantra's. Er zijn zoveel verschillende methoden, dat beginners soms door het bos de bomen niet meer zien.
Het doel van deze meditatiecursus, die wordt geleid door een aantal oudere studenten, is om beginnende studenten wegwijs te maken. Er zal een aantal meditaties worden geoefend die bij uitstek geschikt zijn voor de beginnende student op het boeddhistisch pad. Ook zal het hoe en waarom van meditatie worden uitgelegd. De deelnemer zal uitgerust worden

met een meditatiebeoefening die hij/zij kan toepassen in zijn/haar dagelijks leven.
De cursus is geschikt voor beginners, maar ook voor gevorderde studenten die meer ervaring met meditatie willen opdoen en de meditatie in hun dagelijkse leven willen integreren.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma.
AANVANG: Vrijdagavond 16 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

23 t/m 25 mei
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (4de weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen uitgebreid ingaan op het vierde hoofdstuk van Arya Nagarjuna's 'Een Brief Aan Een Vriend', waarin contemplaties worden geboden waarmee we een drang naar bevrijding van het cyclische bestaan kunnen ontwikkelen. "Een gevangene zal niet proberen te ontsnappen, zolang hij niet naar vrijheid verlangt!" Het is niet mogelijk uit de kringloop van het cyclische bestaan te ontsnappen, zolang we nog hechten aan het gebrekkige bestaan. Om deze reden maakt het boeddhisme ons bewust van de tekortkomingen van een gebrekkig leven in de verschillende mogelijke bestaanswerelden. Door realistisch over het lijden na te denken, ontstaat een drang naar bevrijding; de kracht die nodig is voor het opheffen van de oorzaken van het lijden; verstorende emoties en karma.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 23 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

6 t/m 8 juni
ABHISAMAYALANKARA (3de weekend)
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Derde weekend over de Abhisamayalankara van Maitreya en Asanga over het Mahayana pad.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 6 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

20 t/m 22 juni
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND' (5de weekend)
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen de contemplaties uitleggen waarmee inzicht ontstaat in de voordelen van bevrijding van het cyclische bestaan. Tesamen met de drang naar bevrijding leidt dit inzicht tot de hogere trainingen in zelfdiscipline, concentratie en wijsheid, waarmee de bevrijding van het gebrekkige cyclische bestaan feitelijk wordt bereikt.
In de praktijk komt dit neer op een geleidelijke opheffing van verstorende emoties en karma. Vrijheid van verstorende emoties en karma betekent het einde van het lijden door geboorte, ziekte, ouderdom en dood. Niet langer geconfronteerd worden met dingen en gebeurtenissen die we niet wensen en niet langer gefrustreerd worden door het niet verkrijgen van de dingen waar we naar verlangen. Het betekent het definitieve einde van de eenzaamheid en ontevredenheid die zo kenmerkend zijn voor het gebrekkige mensenleven.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 20 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

4 t/m 18 juli
LAM RIM ZOMER-MEDITATIE-CURSUS
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Meer dan 2500 jaar geleden onderwees Boeddha Sakyamoenie zijn leringen aan een enorme variëteit personen. Hij spitste zijn onderricht steeds volkomen toe op de spirituele behoeften van zijn luisteraars,

hetgeen resulteerde in een breed scala van methoden en technieken voor het ontwikkelen van de geest. De boeddhistische leer is zo omvangrijk dat het voor iedereen die de verzamelde werken van de Boeddha wil bestuderen moeilijk is om daarin een duidelijk pad te onderscheiden wat hij of zij zou kunnen volgen. De grote Indiase meester Atisha (982-1054) schreef 'Een Lamp Voor Het Pad', waarin hij de leringen van de Boeddha in een logische volgorde bij elkaar zette. Hij creëerde daarmee een handleiding die door iedereen kan worden begrepen en beoefend, volkomen afgestemd op de praktijk. Naast de woorden van de Boeddha zelf, is deze tekst gebaseerd op de levende mondelinge overdracht, welke Atisha in een ononderbroken overleveringslijn had ontvangen.

Verschillende grote meesters schreven commentaren op deze tekst, waarvan de korte, middellange en grote Lam Rim teksten van Lama Tsong Khapa de beroemdste zijn. De Lam Rim, Een Presentatie van Alle Stadia van het Pad naar de Verlichting, bevat alle leringen van de Boeddha, aaneengeregen tot één praktisch geheel en gericht op de beoefening.

Onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, zal in deze jaarlijkse zomer-meditatie-cursus tekst en uitleg geven van dit Lam Rim onderricht, en speciaal het devotionele aspect ervan toelichten. Door aanroeping van de meesters van de overlevering, vanaf de historische Boeddha Sakyamoenie tot en met de grote meesters van deze moderne tijd, kan hun zegening en inspiratie worden ontvangen. Daardoor wordt het mogelijk realisaties van de stadia van het boeddhistisch pad in de eigen geest te ontwikkelen.

Tot op de dag van vandaag biedt dit onderricht de beste gelegenheid om in korte tijd, op een overzichtelijke en begrijpelijke manier, een grondige kennis over het boeddhisme te vergaren en deze kennis onder deskundige leiding in de praktijk toe te passen. De zeer heldere uitleg van Geshela maakt de beproefde meditatiemethoden geschikt voor de moderne mens en inspireert tot kritisch nadenken over de boeddhistische wijsheden en tot integratie daarvan in het eigen bewustzijn. Daardoor sluit de theorie direct aan op het dagelijks leven.

De twee dagelijkse lezingen door Geshela, worden afgewisseld met geleide meditaties en discussies. Deze cursus is zeer geschikt voor mensen die nog weinig kennis hebben van het boeddhistische pad of die eerder verzamelde kennis willen verrijken met ervaring. De Lam Rim cursus is bovendien een prima gelegenheid voor studieprogramma studenten die nog weinig Lam Rim onderricht hebben gevolgd, om hun gebrek aan overzicht aan te vullen. Door de retraite sfeer biedt deze cursus ervaren boeddhisten volop de gelegenheid om tot verdieping van inzicht en beleving te komen.

KOSTEN: F 985,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 4 juli om 20.00 uur.
Einde: Vrijdagmiddag 18 juli na de lunch.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

DE BOSCOMMISSIE ORGANISEERT WEER EEN AANTAL WERKPERIODEN VOOR BOS- EN TUINWERK

De werkgroep "Bos en tuin" organiseert weer een aantal werkweekenden. Voor de volgende bos- en tuinwerkperioden vragen wij vele helpende handen die licht werk maken:

DATA:
28 februari t/m 2 maart.
28 t/m 30 maart.
25 t/m 27 april.
Aankomst vrijdagavond 28 februari, 28 maart en 25 april.

In verband met de coördinatie van de werkzaamheden verzamelen de deelnemers op vrijdagavond. Op vrijdagavond wordt niet gewerkt, maar werkers kunnen bijvoorbeeld op vrijdagavond de lezing bijwonen van het parallel lopende cursusweekend over 'Een Brief Aan Een Vriend'. De werkzaamheden vangen aan op zaterdagochtend om 9.30 uur.

KOSTEN: aan deelname zijn geen kosten verbonden.
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur, aanvang werkzaamheden op zaterdagochtend om 9.30 uur.
EINDE: Zondagmiddag om 17.00 uur.
AANMELDING EN INFORMATIE:
tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

TIJDENS DE BOVENGENOEMDE BOS- EN TUIN WEEKENDEN WORDEN OOK WEER MANTRAROLLETJES GEDRAAID VOOR HET VULLEN VAN BOEDDHA BEELDEN. INFORMATIE EN AANMELDING VIA ONS KANTOOR.

LEZINGEN IN HET LAND DOOR GESHE SONAM GYALTSEN VOORJAAR 1997

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep
Amsterdam
Prinsengracht 200,
Tel: 020-6254138.

DE ESSENTIE VAN HET TIBETAANS BOEDDHISME
In een serie van vijf lezingen op de woensdagavonden:
12 februari
12 maart
9 april
14 mei
11 juni

AANVANG: 19.30 uur.

OPROEP AAN LENERS VAN DE BIBLIOTHEEK

Studenten van het Maitreya Instituut kunnen sinds jaar en dag gebruik maken van de mogelijkheid om boeken te lenen uit de bibliotheek. Voor deze dienst worden tot nu toe geen extra kosten in rekening gebracht. Dit willen we zo houden, maar dan moeten de leners zich ook aan de spelregels houden.Helaas moeten we berichten dat een groot aantal boeken uit de bibliotheek wordt vermist. Misschien is het al zolang geleden dat je het boek hebt geleend dat je niet meer weet dat het in je bezit is. Daarom verzoeken we de leners van de bibliotheek om in hun boekenkast te kijken en mocht je er een boek van de bibliotheek van het Maitreya Instituut vinden, schroom dan niet om het terug te bezorgen. De boeken zijn er voor alle studenten en je doet niet alleen jezelf, maar ook anderen tekort wanneer je een geleend boek (te lang) in je bezit houdt. Draag bij aan het creëren en het instandhouden van een goed lopende bibliotheek, die de Dharma voor alle studenten toegankelijk wil houden. Overigens zijn schenkingen van boeddhistische boeken aan de bibliotheek altijd van harte welkom.

KADAM CHÖLING HOLLAND
TIBETAANS BOEDDHISME

KADAM CHÖLING
organiseert lezingen Tibetaans Boeddhisme
met eerwaarde
DAGPO RINPOCHEE

ROTTERDAM 18 - 19 JANUARI
De waardevolle instructies van de leraar • Maasgebouw • van Zandvlietplein 1 • Prijs *f* 85 (incl. tekst)

ARNHEM 21 JANUARI
Inzicht en Mededogen in het dagelijks leven • St. Willibrorduskapel • Oude Velperweg 54 • Prijs *f* 12,50

AMSTELVEEN 25 - 26 JANUARI
De Hart Soetra • 'de Bolder' • Groenhof 140 • Prijs *f* 80

NEDERLANDSE VERTALING - HANS VAN DEN BOGAERT

INLICHTINGEN EN AANMELDEN:
KADAM CHÖLING • MEERKOETHOF 60 • 1444 VN PURMEREND • POSTBUS 85363 • 3508 AJ UTRECHT
ELLY HENDRIKS 0299 - 68 13 56 • LAN TJOA 0299 - 41 42 66 • ALDI NIEMEYER 0180 - 41 79 51

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
Januari, februari, maart '97

VERSCHIJNING
1x per kwartaal

UITGAVE
Kerkgenootschap Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Gelongma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Marijke Drost

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
René van Luyn en Christiane Bahr

ILLUSTRATIES
Andy Weber, René van Luyn
e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Maitreya Instituut.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

LIDMAATSCHAP/ABONNEMENT
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar. Het lidmaatschap gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd. De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, contributie, donaties Postbank: nr. 6901668 Bank: I.N.G. Epe, rek.nr.: 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst.
Betalingen voor winkel en groothandel alleen per faktuur en acceptgiro.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

KERKGENOOTSCHAPBESTUUR
Voorzitter:
Sander Tideman

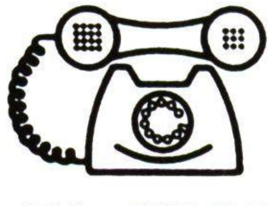
Vice voorzitter:
Thirza Happé

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Lama Thubten Zopa Rinpochee, Gelong Marcel Bertels, April Elzenga, Paula de Wijs-Koolkin

Comitéleden:
Sander Tideman, Thirza Happé, Jan Paul Kool, Koosje van der Kolk, Alex de Haan, Inge te Velde, Ivy van Eer, Herman Homan.



Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51
E-mail: maitreya@pi.net

Het kantoor van het instituut is zondag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar van 09.00-16.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Het kantoor is op zaterdag gesloten.

VOORPLAAT
Lama Thubten Zopa Rinpochee
Foto: Jan Paul Kool
Vormgeving: Chris Verschoor en Offsetdrukkerij Refo b.v.

DOELSTELLING
Het kerkgenootschap en de stichting stellen zich tot doel: Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1997**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1997 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze Postbankrekening nr.: 6901668 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan naast het Maitreya Magazine 6x per jaar het Engelstalige blad Mandala. Verder krijgt u **15% korting** op alle artikelen **uit de winkel** behalve op de transcripten. U bent ook automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

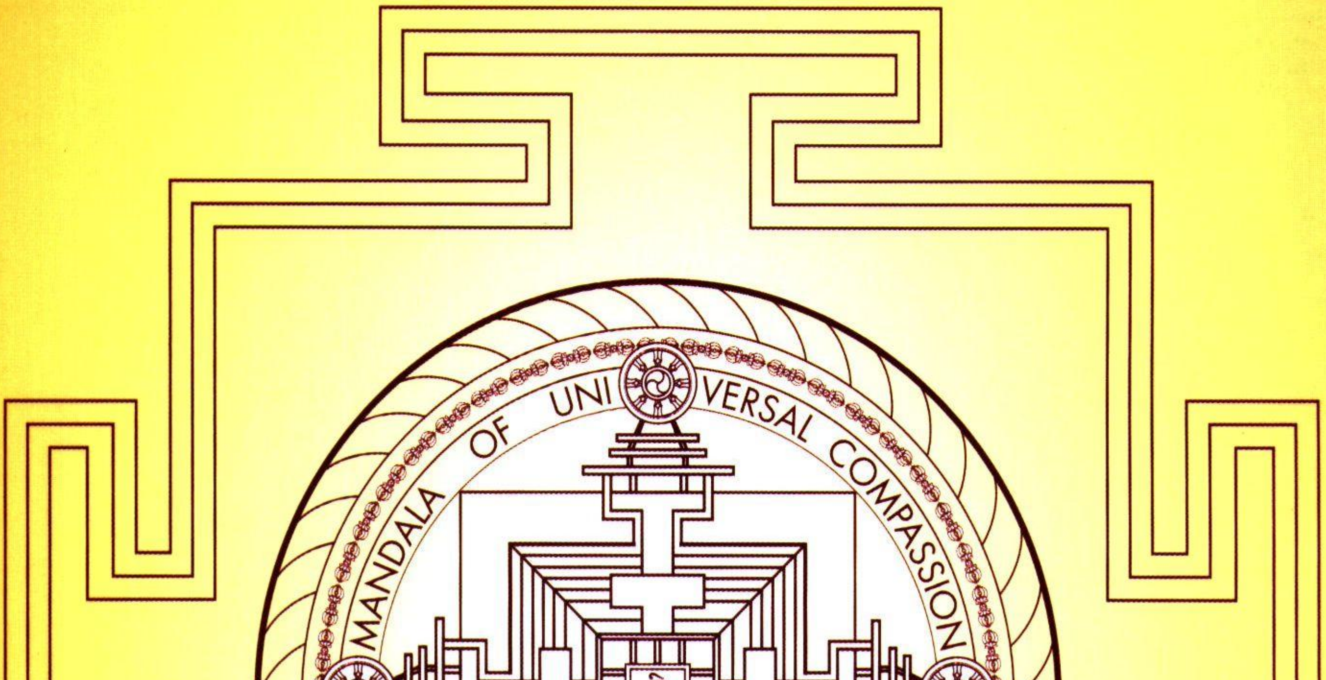
DONATEURS
Donaties aan het kerkgenootschap zijn aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE LID-ABONNEE 1997 & FPMT-LID 1997**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Lid/Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en 6x het Engelstalige blad Mandala.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.70.24.481 van de I.N.G. Bank te Epe t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.



F.P.M.T

FOUNDATION FOR THE PRESERVATION OF THE MAHAYANA TRADITION